



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W4CZ295930	ImageGroup:	I4CZ329731
LCCN:	n/a	ISBN:	9784892370472

Title:	སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ། sangs rgyas kyi gsung rab/
Author:	n/a
Descriptor:	copy made available from the library of tibetan works and archives; ltwa acc. no.D35430
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	tokyo, japan
Publisher:	bukkyo dendo kyokai
Date:	2016
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006.

7-3

D35430

སངས་རྒྱལ་གྱི་
གསུང་རབ།

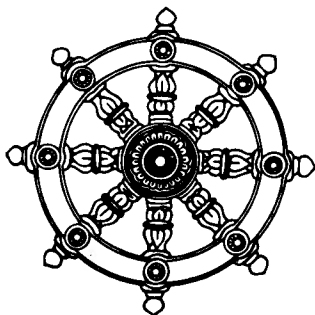


མངམ་རྒྱལ་གྱི་
གསུང་རབ།



BUKKYO DENDO KYOKAI

སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ།



ཚུམ་འཁོར།

ཚུམ་འཁོར་ཞེས་པ་ནི་ལེགས་ལྷན་གྱི་སྐད་ལ་རྩམ་ཅག་ཞེས་པ་པོད་སྐད་དུ་ཚུམ་འཁོར་ཞེས་བརྗོད། དེ་ནི་གིང་རྟའི་འཁོར་
 ལོ་བཞིན་དུ་སྐྱུན་དུ་འཁོར་བ་དང་། དེ་ཉིད་ལྷོན་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བལྟན་པ་དེ་ལྟ་མཐའ་མེད་པར་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་
 མཛོཌ། ཚུམ་འཁོར་གྱི་རྩིབས་བརྒྱད་ནི། འཕགས་ལམ་ཡང་དག་བརྒྱད་མཛོཌ་ཞིང་། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དེ་ནི་
 ནང་ཚུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་རེད། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ནི། ༡༽ ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ། ༢༽ ཡང་དག་
 པའི་རྟོག་པ། ༣༽ ཡང་དག་པའི་ངག། ༤༽ ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ། ༥༽ ཡང་དག་པའི་འཛོཌ་བ། ༦༽ ཡང་དག་
 པའི་རྩིབ་པ། ༧༽ ཡང་དག་པའི་དྲན་པ། ༨༽ ཡང་དག་པའི་རྟེན་དེ་འཛིན་དང་བཅས་བརྒྱད་རེད། ལྷོན་ལྷོན་པའི་སྐྱ་
 གཟུགས་སོགས་བཞེངས་སྟོན་པ་བྱུང་གོང་ལ། ཚུམ་འཁོར་དེ་ཉིད་ཕྱག་མཛོད་དང་སྐབས་ལུ་ལ་ཞིག་དུ་རྩི་ཡོད་ཅིང་། དེང་
 སྐབས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་ཚུམ་འཁོར་དེ་ཉིད་ནང་པའི་མཛོཌ་དོན་ཞིག་དུ་ (མེད་མྱོད་ཀྱི་ཡོད་) རྩི་ཡོད་པ་རེད།

Copyright© 1985, 2016 by **BUKKYO DENDO KYOKAI**

དཔར་བསྐྱོན་བདག་དབང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༨༥ ནང་བསྐྱོན་ཁབ་སྤེལ་ཚུགས་པ། དཔེ་དེབ་
འདིའི་བརྗོད་དོན་གང་ས་ནས་བཀའ་འཁྲོལ་མེད་པར་ལུང་འདྲེན་བྱེད་མི་ཚོགས་པའི་ཐོབ་དབང་
ཡོད། འོན་ཀྱང་། ལུང་འདྲེན་གནང་སྐབས་ཉི་འོང་རྒྱལ་ས་ཤོག་ཁྱོར་ཡོད་པའི་ནང་བསྐྱོན་
ཁབ་སྤེལ་ཚུགས་པ་འདིའི་འགྲེལ་བརྗོད་གནང་དགོས་ཤིང་། དཔར་འདེབས་བྱས་པའི་དཔར་
ལུང་གཅིག་གཏོང་གནང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བ་ལྟ།

BUKKYO DENDO KYOKAI

(Society for the Promotion of Buddhism)

3-14, Shiba 4-chome,

Minato-ku, Tokyo, Japan, 108-0014

Phone: (03) 3455-5851

Fax: (03) 3798-2758

E-mail: bdk@bdk.or.jp <http://www.bdk.or.jp>

Fifth Printing, 2016

Printed by

Kosaido Co., Ltd.

Tokyo, Japan

༡༡༥ སངས་རྒྱལ་གྱི་མཆོད་པ་ནི་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་མོ་གཏོང་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཐུགས་རྒྱུད་མྱོང་ཐེ་ཆེན་
པོས་གཏམས་ལ། སངས་རྒྱལ་ལ་བཟོ་དབྱིབས་དམིགས་བསལ་མེད་ཀྱང་སྤྱལ་པའི་རྣམ་པར་
རྒྱལ་ཏེ་བཅེ་བ་སྤྱིང་ཐེ་ཆེན་པོས་ང་ཅག་ལྷས་ཅན་རྣམས་འདྲེན་པར་བྱེད་དོ།

དེབ་འདྲིའི་དོན་གནད་ཆེ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་པོད་ལྟ་སྟོང་ལྷག་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་
པོ་སྟོན་ཅིང་། གསུང་དེ་དག་ང་ཚོར་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྟ་བུ་ལྷག་ཙམ་གོང་ནས་ཡུལ་གྱ་དང་མི་
རིགས་གྱི་རྩ་བ་ལས་བཀལ་བ་སྟེ། རིས་སྤྱ་མ་མཆིས་པའི་ཡུལ་གྱ་དང་མི་རིགས་དག་གིས་
འཛིན་ཅིང་། དེ་དག་ལས་རྒྱུན་མཆེད་པ་ཞིག་དང་། དེབ་འདྲིའི་ནང་འཁོད་སངས་རྒྱལ་གྱི་
གསུང་དག་ནི་འགོ་བ་མིའི་མི་ཆོ་དང་སེམས་གྱི་གཞི་རྩར་དངོས་སྤྱ་འབྲེལ་བ་ཤུགས་ཆེ་ཆགས་
བཅུད་པ་ཞིག་ཀྱང་ལགས་སོ།

ཆོས་ཀྱི་ཆོག་སྤྲུལ་བཅད་པ།

འདི་ན་ཆམ་ཡང་ཁོ་བ་ཡིས། །དབྱ་རྣམས་ནི་བར་མི་བྱེད་ཀྱང་།།
ཁོ་བ་མེད་པས་ནི་བར་འགྱུར། །འདི་ནི་གཡུང་བྱང་ཆོས་ཡིན་ནོ།། (༥)

སྤྱན་པོར་སེམས་པའི་སྤྱན་པོ་ནི། །དེའི་ཕྱིར་མཁས་པ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན།།
སྤྱན་པོ་མཁས་པར་དྲགས་པ་དེ། །ངེས་པར་སྤྱན་པོ་བྱ་བར་བརྟེན།། (༤༣)

སྟོང་ཕྱག་སྟོང་གི་མི་རྣམས་ནི། །གང་གིས་གཡུལ་དུ་ཕམ་པ་བས།།
བདག་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཕམ་བྱས་པ། །དེ་ནི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་མཆོག། (༡༠༢)

བདུད་ཅིདི་གོ་འཕང་མ་མཐོང་བར། །ལོ་བརྒྱ་དག་དུ་འཛོལ་ལས།།
བདུད་ཅིདི་གོ་འཕང་མཐོང་བ་ནི། །ཉི་མ་གཅིག་ལ་འཛོལ་མཆོག། (༡༡༥)

མི་ཉིད་རབ་དུ་འཕྲོབ་དགའ་ལྟེ། །འཆི་བར་ངེས་རྣམས་གསོན་པར་དགའ།།
དམ་པའི་ཆོས་ནི་ཐོས་པར་དགའ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་འབྱུང་བར་དགའ།། (༡༤༢)

སྤྱི་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་། །དགེ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱ།།
རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ། །འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བཟླ་བ་ཡིན།། (༡༤༣)

བྱ་ཡིས་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །པ་ཡིས་མ་ཡིན་གཉེན་གྱིས་མིན།།
འཆི་བས་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། །ཅ་ལག་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབ་པ་མིན།། (༢༤༤)

ཐོན་ཏེ་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

Class No: 71-3

Acc. No. D.D 35430

LTWA (Manuscript)

DHARAMSALA, I.L.P.

བཅོམ་དོན།

ཆོས་ཀྱི་ཆོག་སྤྱོད་ལུ་བཅད་པ།

སངས་རྒྱུ་མཁུ་

ལེའུ་དང་པོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུ་བྱ་བྱུ་པ།.....	2
༡ མྱོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་རྣམ་ཐར།.....	2
༢ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཞལ་གདམས།.....	9
ལེའུ་གཉིས་པ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་མཁུ་.....	13
༡ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་དམ་བཅའ།.....	13
༢ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྱིན་ལས།.....	16
༣ གདོད་མའི་སངས་རྒྱུ་མཁུ་.....	19
ལེའུ་གསུམ་པ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱེད་དེའི་ཡོན་ཏན།.....	22
༡ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱེད་རྣམ་པ་གསུམ།.....	22
༢ གདུལ་བྱར་སྤྱང་བའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རྣམ་པ།.....	25
༣ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོན་ཏན།.....	28

ཆོས།

ལེའུ་དང་པོ། ལྷ་འབྲས།.....	34
༡ འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི།.....	34
༢ ལྷ་འབྲས།.....	36
༣ རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ།.....	38
ལེའུ་གཉིས་པ། མེས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།.....	41
༡ མི་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་པ།.....	41

ཁ	མེས་ཅམ་པའི་གྲུབ་མཐུན།.....	43
ག	དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།.....	46
ང	དབུ་མའི་ལམ།.....	50
	ལེའུ་གསུམ་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།.....	57
ཀ	མེས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ།.....	57
ཁ	སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།.....	62
ག	སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་དང་བདག་མེད་པ།.....	66
	ལེའུ་བཞི་པ། མེས་ཅམ་གྱི་རྒྱུད་གྱི་སྤྲིབ་པ།.....	70
ཀ	སྤྲེ་པོའི་རང་བཞིན།.....	70
ཁ	མིའི་རང་བཞིན།.....	76
ག	འགོ་བ་མིའི་སྤྲེ་བ།.....	77
ང	འགོ་བ་མིའི་སྤྲེ་བའི་རང་བཞིན།.....	82
	ལེའུ་ལྔ་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་འཕྱིན་ལས།.....	88
ཀ	སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་དམ་བཅས་ཐུགས་དམ།.....	88
ཁ	སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་དག་ཞིང་།.....	95

ཉམས་སྤྲེལ་པའི་ཚུལ།

	ལེའུ་དང་པོ། ཇི་མ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།.....	100
ཀ	ཇི་མས་དག་པའི་མེས་ཀྱི་ཚུལ།.....	100
ཁ	ཡ་རབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ།.....	106
ག	གནའ་སྤྱི་གི་ལམ་ནས་དྲངས་པའི་ལེགས་བཤད།.....	116
	ལེའུ་གཉིས་པ། ཉམས་སྤྲེལ་གྱི་ཚུལ།.....	129
ཀ	བདེན་པ་འཛོལ་བ།.....	129
ཁ	ཉམས་སྤྲེལ་པའི་ཚུལ།.....	139
ག	དད་པ་བྱ་ཚུལ།.....	150

མངམ་རྒྱུ་

ལེའུ་དང་པོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུའུ་བུ་པ།

༡

མྱོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་རྣམ་ཐར།

༡ ཤུའུ་འི་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱེ་པོ་རྣམས་ཏི་མ་ཡའི་རི་མཐེལ་དུ་རྒྱགས་པའི་རོ་ཉི་ནི་ཞེས་
པའི་རྒྱགས་རྒྱུད་ཏི་ཉི་འགམ་དུ་གནས་ཤིང་། དེ་དག་གི་རྒྱལ་པོ་བས་གཙང་མ་རྒྱལ་ས་ཆེན་པོ་
གོང་ཁྱེར་སེར་སྐྱར་རྒྱལ་སྤིད་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་ཏེ། འབངས་མི་སེར་རྣམས་ཀྱི་རེ་འདོད་
སྐོང་བར་མཛད།

བཙུན་མའི་མཚན་དུ་སྦྱ་མ་ལྷ་མཛེས་སུ་གྲགས་ཤིང་། འདི་ཉིད་ནི་ཐག་ཉེའི་ཤུའུ་འི་རྫོང་
ཁག་ཅིག་གི་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་མོ་ཡིན་ལ། རྫོང་ཁག་དེའི་རྒྱལ་པོ་དེ་བཞིན་རྒྱལ་པོ་བས་གཙང་གི་
ཨ་ཁུ་ཡིན་པར་གྲགས།

ལོང་ཉི་ཤུའུ་རིང་རྒྱས་སྤྱི་གཅིག་ཀྱང་མ་འཁྱེད་པར་ཉིན་ཞིག་བཙུན་མའི་གཟིམ་
ལམ་དུ་སྤྱང་པོ་ཆེ་དཀར་པོ་ཞིག་བཙུན་མའི་གློ་གཡམ་པ་ནས་བརྒྱད་དེ་མངལ་དུ་བེམ་པར་
སྤང་བ་དང་སྤྱགས་སྦྱིམ་མར་བྱར། ཡུལ་སྤོལ་ལྷར་བཙུན་མའི་ཉིད་རང་གི་ཡབ་ཡུམ་སར་ལྷ་
གྲུ་བཙའ་དུ་འགྲོ་བར་བརྩམས་པས་ལམ་པར་ལུམ་བུ་ནི་ཆལ་དུ་སྤྱང་ལ་གསོས་ཏེ་བཞུགས།

གཡམ་གཡོན་ཐམས་ཅད་དུ་མེ་ཏོག་མྱ་ངན་མེད་ཀྱིས་གཏམས་ཤིང་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་
པར་བྱགས་དཀྲུས་ཤིང་། བྱག་གཡམ་པས་བརྒྱབས་ཏེ་མེ་ཏོག་ཅིག་འབྲུ་བར་བཞེད་པའི་ཆེ་དེ་
མ་ཐག་དུ་རྣམ་མཁའ་དང་ས་གནི་ཐམས་ཅད་ངོ་མཚར་བའི་ལྷས་དུ་མས་ཁྱབ་པ་དང་བཅས་
ཟླ་བ་བཞི་པའི་ཆེས་བརྒྱད་ཉིན་སྤྱི་གཅིག་འཁྱེད་པ།

འདི་ཐོས་པས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་བྱགས་དཀྲུས་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་མཚན་དུ་གཞིན་ནུ་དོན་གྲུབ་

ཅེས་སུ་བདགས།

༢ འོན་ཀྱང་རིང་མིན་ཡུམ་རྒྱལ་མོ་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་ས་ཆེས་ཡུམ་ཆབ་དུ་
རྒྱལ་མོའི་གཙུང་མོ་སྟེ་རྒྱའི་བདག་མོ་ཞེས་པས་རང་གི་བུ་བཞིན་དུ་སྤྲས་རྒྱལ་པོར་བརྟེ་བས་
གསོ་སྦྱང་མཛད།

ཉེ་འགམ་གྱི་རི་སྤལ་དུ་བཞུགས་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་ཨ་སི་ཏས་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་ཕྱོགས་སུ་
སྤར་མེད་གྱི་འོད་ཆེན་གྱིས་ཁྱབ་པར་གཟིགས་ཏེ་ལེགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཞིག་མིན་ནམ་སྤྲས་
ནས། དེ་ཆེས་ཕོ་བྲང་སར་ཞབས་དངོས་སུ་བཅགས་སྐབས་སྤྲས་གཞོན་ཏུ་མཇལ་ཏེ་ཡབ་རྒྱལ་
པོར། སྤྲས་གཞོན་ཏུ་འདི་བཞིན་གཤེགས་ཏེ་ཕོ་བྲང་གི་ནང་དུ་བཞུགས་པར་ལྷན་ན་ཕྱོགས་ཐམས་
ཅད་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་པོའི་འཁོར་འཛུར་བའི་རྒྱལ་པོར་འབྱར་གྱི། ཅི་སྟེ་རྒྱལ་སྤྱི་
ལས་ལྷང་སྟེ་ཆངས་སྤྱོད་ལ་ཞུགས་ཆེ་འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་སྐྱབས་དམ་པར་འབྱར་རེ་ཞེས་ལུང་
བསྟན་མཛད།

འདི་ཉིད་ཐོས་པ་ན་ཡབ་རྒྱལ་པོ་དགའ་སྟོ་བཟླས། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྲས་དོན་གྲུབ་གནས་
དགོན་པར་ཆས་པའི་བུ་བྲལ་ཞིག་དུའང་འབྱར་སྤྱིད་པ་མཐོང་སྟེ་སྤྱང་ན་ཤུགས་ཆེ་འབྱངས།

དགུང་ལོ་བདུན་ལ་ཕེབས་པའི་ཆེ་དྲག་པོའི་དམག་སྤྱིད་ཀྱི་ལས་སྤྱོད་གནང་ཡང་ཐུགས་
སྤྱང་ཆེ་བར་མ་བསྟེད། དེ་ཕྱིད་ཀྱི་དུས་ཀྱི་ཉིན་ཞིག་ཡབ་རྒྱལ་པོ་དང་ལྷན་དུ་ཕོ་བྲང་གི་ཕྱི་
ལོགས་ན་ཞིང་མོ་བའི་ཞིང་པ་ཞིག་ལ་གཟིགས་པར་ཕྱོགས་པའི་ཆོ། ས་སྟོག་པ་དེ་ལས་ཐོན་
པའི་འབྲུ་རྩུང་དུ་ཞིག་འདབ་བྱ་ཞིག་གིས་ཐོས་པ་གཟིགས་ནས། ཅི་ཆེ་བས་རྩུང་གསོད་ཀྱི་ངང་
རྩུང་འདི་ཉིད་སེམས་ཅན་ཐུམས་ཅད་ལ་ཡོད་དམ་སྤྲས་སྟེ། ཐུགས་ཤིན་དུ་པམ།

འདི་ལྟ་བུའི་སྟོ་སྤྱང་གི་གནས་རྩུང་གིས་ཤིན་དུ་མ་བཟོད་པས་ཉིན་རེ་བཞིན་འཁོར་བའི་
ཐུག་བཟུལ་ལས་ངེས་འབྱུང་ཇི་རྒྱས་སུ་ཕྱིན།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུ་བྱ་བ་ལ།

ངེས་འབྱུང་གི་མྱོང་ཚུལ་འདི་ཉིད་གཟིགས་དེ་ཡབ་རྒྱལ་པོས་སྤྱོད་སྤྱོད་གིས་ལུང་
བཟུན་པ་ཐུགས་དྲན་གསོམ། བྱིས་ལས་ལྷུང་སྟེ་གྱུར་དོགས་ནས་ཡབ་རྒྱལ་པོས་སྤྱོད་སྤྱོད་གིས་ཐུགས་
སྤྱོད་ཡང་བྱིས་ཤོགས་སུ་འཁྲུག་ཐབས་ཡོད་ཀྱི་ཚུལ་སྟུག་མཛད། མཐར་དགུང་ལོ་བཅུ་དགུ་ལ་
ཐེབས་པའི་ཆོ་ཡུལ་རྒྱལ་པོའི་སྐྱེ་མཆེད་སུ་པ་ར་བྱད་དེ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་འཛིན་མ་ཞེས་པ་
བཅུན་མོར་བསུས་དེ་བྱིས་ཟིན་དུ་བཅུག།

༣ ལོང་བཅུད་རིང་ནས་དུས་གང་ལྷུང་དུ་ཞབས་གཞན་རོལ་མོས་ཐུགས་གཤི་ཐབས་
གནས་ཡང་ཉིན་རེ་བཞིན་སྤར་ལས་ལྷག་པར་འཁོར་བའི་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་
དགོངས་དེ་སྐྱོར་དོན་ལྷན་ཞིག་དུ་མཛད་འདོད་ཀྱགས་ཆེ་འབྱུངས།

དེ་ཡང་བཅོས་ལྷན་འདས་གྱི་དགོངས་པར་འདི་ལྟར་འཆར་དེ། མོ་བྱང་གི་ལོངས་མྱོང་
དང་། ད་ལྟའི་ལུང་པོ་འདི་དང་། གཞོན་དུས་ཀྱི་ཡང་ཆོ་འདི་དག་གིས་ཅི་བྱ། རྒྱུ་ཞིག་ན།
བདག་ཅག་རྣམས་ནད་ཀྱིས་གཟེར་བར་སྤྱིད་ཅིང་། རྣམ་ཤིང་འཁོགས་པར་ཡང་འཁྲུར་སྤྱིད་
པ་དང་། འཆི་བ་ལས་སུ་ཡང་ཐར་བར་མི་སྤྱིད་པས། ཡང་ཆོ་དང་། ལྷས་པོ་འདི་དང་།
གནས་སྤངས་སོགས་ཀྱིས་དེགས་དེ་རྒྱལ་བར་བྱ་བ་འདི་ནི་སྐྱེ་ཀྱི་བསམ་ཡོད་ཐམས་ཅད་
ཀྱིས་འདོར་བར་བྱ་བ་ཁོ་ནའོ།

འཆོ་བའི་ཐབས་ཤེས་ལ་གཞིལ་བ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས། དངོས་རྒྱས་གནད་ཅན་ཞིག་
འཆོལ་བར་བྱེད་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་གནད་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་འཆོལ་བའི་ཐབས་ལ་གཉིས་
ཡོད་དེ། ཐབས་ཡང་དག་པ་གཅིག་དང་། འབྲུལ་བ་ཞིག་བཅས་ཡིན་ཞིང་། ཐབས་འབྲུལ་བ་
ལྟར་ན། ནད་གཞི་དང་། རྣ་བ་དང་། འཆི་བ་སོགས་ཐོག་དུ་མེད་པ་འབྱུང་བ་ཤེས་བཞིན་
པའི་ཁོར་ཡུག་ད་གའི་ནང་གི་སྤྱིང་པོ་མེད་པའི་དངོས་རྒྱས་འཆོལ་ལ།

ཐབས་ལམ་ཡང་དག་པ་ལྟར་ན། རྣ་བ་དང་། རྣ་བ་དང་། འཆི་བ་བཅས་ཀྱི་རང་

བཞིན་ལེགས་པར་རྟོགས་ཏེ་ལུས་ཅན་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་དག་ལས་འདའ་བར་བྱེད་པའི་
ལམ་འཛོལ་བར་བྱེད། ཁོ་ཤོ་ནི་ཁང་བཟང་འདིའི་ནང་། ཐབས་འཁྲུལ་བ་དེའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་
པར་མངོན་ནོ། ཞེས་སྒྲུལ་སྒྲེ།

༤ དགའ་ལོ་ཉེར་དགའ་སྤུངས་སྤྱི་ཅན་འཛིན་མ་འཁྲུངས་བར་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་ངང་ཚུལ་མང་
པོ་ཐུགས་ལ་འཁོར་ཅིང་། སོ་བྱང་ལས་བྱལ་དེ་བྱ་བལ་བསོད་སྒྲུལ་པའི་ཚུལ་དུ་བདེན་པ་
འཛོལ་དུ་འཆས་རྒྱའི་ཐུགས་འདོད་ཤུགས་ཆེ་འཁྲུངས། ཐུགས་འདོད་བཞིན་དགོང་མོ་ཞིག་
རང་གི་ཤིང་རྩའི་ཁ་ལོ་བ་འདུན་པ་དང་ལྷན་དུ་རང་གི་བཞོན་པ་ལ་ཆེབས་ཏེ་སོ་བྱང་ལས་བྱོལ་
ཐེབས་མཛད།

བདུད་རིགས་ཀྱིས་སྤྲོར་ཡང་ཁྱིམ་དུ་འཁོད་ཐབས་ཀྱི་ངན་བསྐྱེད་ལན་མང་བྱས་པར་མ་
བརྟེས་པར་ཁྱིམ་ནང་དུ་བདེན་པ་རྟེན་དེ་ཐུགས་འདོད་ཁེངས་པ་མེ་ཡོང་བའི་ཡིད་ཆེས་ཤུགས་
ཆེ་འཁྲུངས་རྗེས་རང་གི་དབུ་སྤྱོད་རང་གིས་བྲེགས་ཏེ་མཐར་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་
བྱུང་། དུག་དུ་རྩུང་བཟེད་བསྒྲུལ་ཏེ་སྒོ་ཕྱོགས་སུ་གཤེགས།

ཐོག་མར་དྲང་སྟོང་རྩ་ག་ལ་དང་མཇལ་འཕྲད་ཀྱིས་ཁོང་གི་དཀའ་ཐུབ་དག་ལ་ཉམས་
ཞིབ་མཛད། དེ་རྗེས་ཨ་ར་རྟ་ལ་མ་དང་། ལྷ་རྟ་ར་མ་བྱ་རྟ་ར་གཉིས་ཀྱི་དྲུང་དུ་ཏིང་
འཛིན་སྒྲོམ་ནས་ཐར་ལམ་དག་ལ་ཕྱོང་ཐོག་སྒོ་སྟོང་གིས་ཡིད་འཕྲོག་པ་མ་བྱུང་རྒྱུ་མ་རྩ་དར་
ཞབས་བཅགས་ཏེ་ལྷ་རྟ་ཐེལ་བ་ཡི་ཤིང་ནགས་སྤྱག་པོའི་ནང་རྩ་བོ་རྟེ་རྩ་ནའི་འགྲམ་དུ་
དཀའ་ཐུབ་མཛད།

༥ སྒོན་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚུལ་ཡང་ཆེས་སྒོ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་དཀའ་ཐུབ་དུག་པོ་
ཡིན་ཅིང་། འདི་ལྟའི་དགོངས་ཚུལ་གྱིས་དཀའ་ཐུབ་དེ་ལས་ཀྱང་འདྲ་པོར་བསྐྱེད་ཏེ། ཁོ་ཤོས་

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུ་ཁྱ་བྱུ་པ།

ཚུལ་ཇི་ལྟར་དུ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བར་འཇུག་པ་དེ་བཞིན། འདས་པ་དང་། དེ་ལྟར་བའི་དགའ་
བྱུ་བ་སྤྱི་ཡོད་མ་མཛད་ཅིང་། མ་འོངས་པར་ཡང་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ལྟ་བུའི་དགའ་བྱུ་བ་ལ་མི་
འཇུག་གོ་ཞེས་སྟེ།

ལོ་དུག་རིང་དགའ་བྱུ་བ་མཛད་ཅེས་དམིགས་ཡུལ་མ་འགྲུབ་པར་བརྟེན་དགའ་བྱུ་བ་ལས་
བཞེངས་ཏེ་སྤྱི་ཡོད་མཛད་ཅིང་། དེ་ཅེས་ཏེ་འཁོར་གྱི་ཁྱིམ་བདག་ཞིག་གི་བྱ་མོ་ལེགས་སྟེ་མ་
ལས་འོ་མ་བཞེས། འདི་ཉིད་འཁོར་ལྗེ་ལྟེ་བཟང་པོས་མཐོང་སྟེ་སྤྱི་ཡོད་པོས་གཞོན་ཏུ་མ་ཞིག་
ལས་འོ་མ་བཞེས་པ་ལ་ཆ་བར་གཟིགས་ཏེ་དམའ་འབེབས་ཀྱིས། སྤྱི་ཡོད་གཞོན་ཏུ་དོར་ཏེ་ཐག་
རིང་དུ་བསྐྱོད།

དེས་ན། འཁོར་དག་དང་ཡང་བྲལ། སྤྱི་གཟུགས་ཀྱང་རིང་ཅིང་ཞན་པར་གྱུར། དེ་ལྟར་
ནའང་སྤྱི་ཡོད་ཏིང་ལེ་འཛིན་སྟོན་པ་ལ་གནས་ཀྱི་དམ་བཅའ་འདི་ལྟར་བཞེས་ཏེ། ལུས་ཀྱི་
ཁྱུ་ཟད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་གཟུང་ཅིང་རུས་པ་ནམས་བསེལ་བྱུར་གྱི་བྱང་རྒྱ་བྱང་རྒྱ་བྱང་
བཟོད་པའི་ལམ་མ་རྟེན་གྱི་བར་དུ་ཁོ་ཐོས་གནས་འདི་ལས་གཞན་དུ་གཡོ་བར་མི་བྱའོ། ལྷ་
དུ་དམ་བཅས།

བསམ་བཞིན་ལས་འདས་པའི་སྤྱི་ཡོད་ལྟ་བུ་བསམ་པ་དང་བདུན་གཟུགས་སོགས་ནག་
ཕྱོགས་པའི་བསྐྱེད་ཀྱིས་དག་གིས་བར་མེད་དུ་བསྐྱོར་ནའང་ཐུགས་སྤང་མ་བསྐྱེད་པར་འདི་དག་
རེ་རེར་བརྟེན་ཞིག་བྲལ་མོ་མཛད།

སྤྱི་ཁྱུ་སྤྱི་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་གཟུང་ཅིང་། སྤྱི་རུས་ལའང་འགས་ཆགས་བྱུང་གི་བར་སྤྱི་
ལའ་ལ་ཁྱུ་གསོད་ཀྱིས་མཐར་དགྱང་ལོ་སོ་ལྟར་ལེབས་པའི་ཆོ། ཕྱི་སྤྱི་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་
བརྟེན་ཞོགས་པ་ཐོ་རངས་ཤར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་གི་ཐམས་ལམ་འཇུག་
མེད་དུ་གཟིགས་ཏེ་མངོན་པར་ཐོགས་པར་སངས་རྒྱུས་སོ།

༦ དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་སྟོན་གྱི་སྤྲུལ་ལྟུང་པོར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་། ཤུའུ་མུ་ཁི་
སྟེ་ཤུའུ་འི་རྟག་དང་། འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ངོ་མཚར་བའི་མཚན་དུ་མ་གསོལ།

དེ་ནས་ཐོག་མར་སྟོན་ལོ་དུག་དཀའ་བུ་བ་མཛད་སྐབས་སྟོན་པ་ཉིད་དང་ལྷན་དུ་
འགྲོགས་པའི་འཁོར་ལྗ་སྟེ་བཟང་པོ་རྣམས་གནས་པའི་མ་རིག་རྟ་ལྟ་ཞེས་པ་གནས་མཚེག་ལ་
ཁ་ཁུལ་གྱི་ས་གནས་སུ་ཞབས་བཅགས། ཐོག་མར་ལྗ་སྟེ་བཟང་པོ་དེ་དག་སྟོན་པར་མ་གྲས་པ་
སོགས་བྱ་འདོད་བྱུང་ཡང་རིམ་བཞིན་པན་ཚུན་བཞོ་སྐྱེང་མཛད་པས་ཡིད་འཕྲོག་ཏེ་སྟོན་པའི་
རྗེས་འཇུག་གཏུལ་བུའི་ཐོག་མར་གྱུར། དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཀྱི་པོ་བྱང་དུ་ཕེབས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་
གཟུགས་ཅན་སྟིང་པོ་ཡང་དམ་ཚེས་ཀྱི་སྟོན་རུང་གཏུལ་བྱུར་གྱུར། ཟས་བསོད་སྟོམས་ལ་
བརྟེན་ཏེ་ཡུལ་ལྗོངས་གང་སར་དམ་ཚེས་ཟབ་མོ་བསྟན་པས་ཐམས་ཅད་མགྲོལ་ཞིང་དད་ནས་
སྟོམ་པ་ཁུ་འདོད་དང་བཀའ་པ་ཟས་འདོད་ལྟར་སྟོན་པའི་རྗེས་སུ་སྟེགས།

སྟོབ་མཚེན་པོ་འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་དང་། མོག་ལ་གྱི་བྱ་གཉིས་དང་། དེ་དག་གི་སྟོབ་
མ་གཉིས་སྟོང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྟོན་པ་དང་མཇུག།

རྒྱལ་པོ་ཟས་གཅང་ཉིད་སྤྲུལ་ལྟུང་པོས་རྒྱལ་སྤིང་ལྷུང་བར་བུགས་འཁེལ་ཏེ་སྟོན་པ་ལས་
རྒྱང་ཆོད་དེ་གནས་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་དུ་གྱུར་བ་དང་། ལུས་ཚབ་སྟེ་རྒྱའི་
བདག་མོ་དང་བཅུན་མོ་ས་མཚོ་མས་གཙོས་པའི་ཤུའུ་འི་གྲང་ཁྲེར་གྱི་སྟེ་བོ་མང་པོ་ཡང་སྟོན་
པར་ཡིད་ཆེས་སྟེ་མཐར་རྗེས་འཇུག་དུ་གྱུར།

༧ འདི་ནས་ལོ་གངས་ཞེ་ལྗ་རིང་ཡུལ་ལྗོངས་ཁག་ཕེབས་ཤིང་དམ་ཚེས་ཟབ་མོ་བསྟན་ཏེ་
སྟེ་བོ་མང་པོ་ཆོས་ལ་བསྐྱལ། མཐར་དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་རུང་ཕེབས་སྐབས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ནས་
མཉན་ལོད་ཕེབས་ལམ་ཡངས་པ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་གཞི་བཞེས་ཏེ་རྒྱ་བ་གསུམ་གྱི་རྗེས་དགོངས་པ་
ཆོས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་རྒྱའི་ཡུང་བསྟན་ཀྱང་མཛད། སྤྲུལ་ཡང་འགྲུལ་ཕེབས་ཀྱིས་པ་ལྟར་

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུ་ཐུ་ཐུ་པ།

ཕེབས་སྐབས་དེར་མགར་བ་ཅུན་རྒྱས་ཕུལ་བའི་གསོལ་ཟས་ཀྱིས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་ཆབས་རུ་
སོང་། བསྐྱེད་གཞི་དེས་སྐུ་གཟུགས་རིང་ཅིང་ཞུན་པ་དེ་ལྟར་ནའང་། དཀའ་ཆོགས་མེད་པར་
ཅ་མཆོག་གོང་གི་མཐའ་སྐྱོར་དུ་ཡོད་པའི་ནགས་གསེབ་བར་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས།

དེར་གིང་ས་ལ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སང་གི་ཉལ་སྐབས་ཀྱིས་བཞུགས་གིང་། ལྷ་པོ་འདྲའ་
ཁའི་སྐད་ཅིག་མཐའ་མའི་བར་ལའོར་རྣམས་ལ་དམ་ཆོས་བཟུན། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་སྤིང་
འདིར་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་ཕྱོད་པ་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ། འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་གཅིག་དུ་བཅེ་བའི་
སྐུ་བུ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་དགོངས་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་ཡོངས་སུ་རྩོགས་ཏེ་མཐར་ཞི་བ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་
གཤེགས།

༤ ཕྱོད་པའི་ལའོར་གྱི་གཙོ་བོ་ཀུན་དགའ་བོས་སློབ་ཕྱོད་བཞིན། ལའོར་རྣམས་ཀྱིས་ཅ་
མཆོག་གོང་དུ་ཕྱོད་པའི་སྐུ་གདུང་ཞུགས་འབུལ་བུས།

དེ་རྗེས་རྒྱལ་པོ་མ་སྤེས་དག་གཙོས་བའི་ཁྱིམ་མཆོས་རྒྱལ་པོ་བདུན་གྱིས་ཕྱོད་པའི་སྐུ་
གདུང་ནང་ཕན་ཚུན་དུ་ཆ་བགོས་དགོས་ལུགས་བརྗོད་པར་ཅ་མཆོག་གོང་གི་རྒྱལ་པོས་གསན་
འཇོག་མ་གནང་སྐབས་ཅོད་རྟོག་གིས་ཐ་ན་གཡུལ་བཀྲེ་གཤམས་བྱས་ཀྱང་སློབ་ཕྱོད་ཀྱི་ཞེས་
པའི་མིང་ཅན་གྱི་སྐུ་བུ་བཟང་པོ་ཞིག་གིས་བར་བརྒྱམས་སློབ་ཕྱོད་བྱས་པ་ལས་ཅོད་རྟོག་རང་
སར་ཞི་འགྲིགས་ཀྱིས་མཐར་སྐུ་གདུང་ཆ་བརྒྱད་དུ་བགོ་འགྲུམས་མཛད། དེ་མིན་རྒྱལ་པོ་
གཞན་གཉིས་ལའང་སྐུ་རུས་བསྐྱེད་པའི་ཐལ་བ་དང་ཤལ་ལུས་ཀྱི་རྗེས་ཀྱིས་བཀའ་བའི་
འཇིམ་ཕྱོད་བཅས་དད་རྟེན་དུ་ཕུལ། ཕྱོད་པའི་དུན་རྟེན་དུ་སྐུ་གདུང་སོགས་བཞུགས་པའི་མཐོ་
མཁར་ཡང་དུ་མ་བརྩེགས་སོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མཐའ་མའི་ཞལ་གདམས།

༡ ཅུ་མཚོག་གོང་གི་ས་ལའི་གིང་གི་འོག་དུ་སྟོན་པས་རང་གི་གསུལ་བྱ་རྣམས་ལ་གདམས་
ངག་གི་ཐ་མ་འདི་རྣམས་སྟུང་།

རང་ཉིད་འོད་དུ་བསྐྱེད་ལ། རང་ཉིད་ལས་གཞན་སྟུང་ལ་རང་སྟོས་འགེལ་མི་བྱ། ཁོ་བོའི་
བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ཁྱེད་ཅག་གིས་འོད་དུ་བཟུང་སྟེ། བསྐྱབ་བྱ་འདི་དག་ལས་གཞན་གང་ལ་རང་
བསྟེན་པར་མི་བྱ། རང་གི་ལུས་ལ་སྟོ་གཏད་དེ་དེའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་ལ། ལུས་ཀྱི་བདེ་
སྤྱད་ཐམས་ཅད་སྤྱད་བསྐྱེད་འདྲེན་བྱེད་དུ་མཉམ་པར་མཐོང་སྟེ། འཕྲལ་གྱི་འདོད་པའི་རྗེས་
སྟུང་བར་མི་རིགས་པའི་རྒྱལ་ཡོད་ལ་བྱའོ། རང་གི་བདག་གམ་སེམས་ལ་སྟོ་གཏད་དེ།
དེའི་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་བསམ་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆགས་པ་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་
ཅད་མཐར་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་འོ་ལས་མི་འདུའ་བའི་རྒྱལ་མཐོང་སྟེ། ཆགས་ཉོན་དེ་དག་གི་
རྗེས་སྟུང་ཆོལ་མི་རུང་བའི་རྒྱལ་རྟོགས་པར་བྱ།

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོ་གཏད་དེ། ཐམས་ཅད་ནམ་ཞིག་ན་གཞིག་ཅིང་སོ་སོར་གྱེས་
པའི་རྒྱ་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་འདུ་བ་ཙམ་ཞིག་ལས། ཐམས་ཅད་ལ་གཏན་དུ་ཐུབ་པའི་བདག་
ཞིག་བདག་གིས་བདེན་པར་རྟོགས་སམ། སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱེད་ཀྱིས་མ་སྤྱིབ་པར། ཁོ་བོ་
སྤངས་ལས་འདས་པའི་རྗེས་སྟུང་ཁོ་བོའི་བསྟན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་ལ། འདི་ལྟར་བཟུང་ན་
སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་ཞིང་། ཁོ་བོའི་རྗེས་འཇུག་ཡང་དག་པ་ཅིག་དུའང་འབྱུང་རོ།

༢ འཁོར་དག་ཁོ་བོས་བསྟན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་དོར་བར་མི་བྱ་ཞིང་བརྟེན་བར་ཡང་
མི་བྱ་ལ། རྟག་དུ་ཡིད་ལ་ཆོངས་ལ། དོན་བསམ་ཞིང་ཉམས་སྲུབ་བར་གྱིས་དང་། གཏན་

དེ་བཞིན་གསེགས་པ་སྤྱུ་བྱུ་བ་ལ།

དུ་བདེ་བར་འཁོད་དོ།

གདམས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ནི་རང་རྒྱུད་དམ་རང་གི་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན་
ཞིང་། རང་སེམས་འདོད་པ་ལས་རིང་དུ་འཛོལ་ལ། ལུས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ་དང་། སེམས་
གཙང་མར་འཛོལ་ཅིང་། ངག་དང་པོར་སྤྱོད་པར་བཞིན་རྒྱུ་དུ་སྤྱོད་པའི་འགྲུར་ཐོག་གི་རང་བཞིན་
ཡིད་ལ་བྱིས་དང་། འདོད་པ་དང་ཁོ་བ་ཐོག་རུས་ཤིང་། ཐིག་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་ཐར་
བར་འགྲུར་རོ།

རང་རྒྱུད་འདོད་པས་ཟིན་ཞིང་དེས་བཞི་བའི་ཆེ་འདོད་པ་དེ་ཉིད་འགོག་པར་བཞི་ཞིང་།
རང་ཉིད་རང་སེམས་ཀྱི་མགོན་དུ་བྱུངོ།

སྤྱོད་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་ཉིད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སའམ་ཡང་ན་དུང་འགྲོར་བྱེད་པར་རུས་
ཏེ། འཁྲལ་བའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་ཆེ་བླུན་པོར་འགྲུར་ཞིང་། གནས་དོན་ཤེས་པས་སངས་རྒྱུས་སུ་
འགྲུར་ལ། དེས་ན་རང་སེམས་སྤྱང་ལ་དུང་པའི་ལམ་ལས་གཡོས་པར་མི་བྱུངོ།

༣ ཁོ་བའི་གདམས་པ་ནི། ཡན་ཚུན་མཇེའ་ཞིང་གུས་པར་གནས་ལ་འཁྲལ་ཅོད་ལས་
བསྐྱོག་དགོས་ཤིང་། རྒྱ་དང་སྤྱོད་པ་བཞིན་དུ་སོ་སོར་གནས་པ་མིན་པར་རྒྱ་དང་འོ་མ་བཞིན་དུ་
འདྲེས་པར་གནས་དགོས།

ཐམས་ཅད་ལྟན་དུ་ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་བཞི་བ་མ་གཏོགས། དོན་མེད་སོ་སོར་
གནས་པ་ལམ་ཡན་ཚུན་གསེ་ཅོད་ཀྱིས་རྒྱུད་དཀྲུགས་ཤིང་དུས་འདུལ་བར་མི་བྱུང་། ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་ཏོག་བཟང་པོར་དགའ་བར་བཞིས་ཏེ་བདེན་པའི་ལམ་ཀྱི་སྤྱིན་
འབྲས་ལ་སྤྱོད་པར་བྱིས་ཤིག

ཁོ་བོས་བསྟན་པའི་གདམས་པ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་ལམ་ལ་ལྷགས་ཏེ་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་འོན་
པ་གསྟག་ཡིན་ཅིང་། ཁྱེད་ཅག་གིས་ཀྱང་གདམས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་ལ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུ་བྱ་བ་པ།

གདམས་དོན་མྱོང་བས་འབྲུག་པར་འབད་དགོས།

ཅི་ལྟེ་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་གདམས་པ་དེ་དག་སྒྲུང་མེད་དོར་ནས་དངོས་སུ་ཁོ་བོ་དང་ཇི་ལྟར་
ཉེ་བར་གནས་ཀྱང་། ཁོ་བོ་དང་མི་འཕྲད་ཅིང་། ཁོ་བོ་ལས་རིང་གིས་ཆོད་པར་བཟླ་བར་བྱ་
ལ། འོན་ཀྱང་། ཁོ་བོ་ལས་དངོས་སུ་བསྐལ་བས་ཆོད་ཀྱང་། གདམས་པ་དེ་དག་ལ་གྲུས་
བརྩིས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་རྣམས་ནི་གདམས་དོན་དུ་ཁོ་བོ་དང་ཉེ་བར་གནས་པར་
བཟླ་བར་བྱའོ།

༤ འཁོར་དག ད་ནི་ཁོ་བོ་འཆི་བའི་དུས་ལ་བབས་ཤིང་། ང་ཅག་འབྲལ་དུ་འང་ཉེ་བར་
གནས་ལགས། འོན་ཀྱང་སུ་ཡང་མུ་ངན་གྱིས་ནོན་པར་མི་བྱ་ལྟེ། རྩེ་བ་ནི་གདན་དུ་འཁྱར་
ཞིང་། སུ་ཡང་འཆི་བ་ལས་ཐར་དུ་མེད་ལ། ད་ནི་འདི་ཉིད་ཁོ་བོས་བསྐྱར་བར་བྱ་ལ། གང་གི་
ཆོ་བརྒྱུ་ཆག་འཁྱར་བའི་ཤིང་རྩ་བཞིན་ལྷས་ཉིད་སོ་སོར་གནས་པར་འཁྱར་རོ།

དོན་མེད་ཡིད་སྦྱོར་བར་མི་བྱ། འོན་ཀྱང་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གི་འཁྱར་འགྲོས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་
ཡིད་འཕྲོག་སྟེ་མིའི་སྦྱེ་བར་སྦྱིང་པོ་མེད་པ་ཤེས་པར་བཞིན་ལ། གདན་དུ་འཁྱར་གྱི་རང་བཞིན་ལ་
ངེས་པར་བྱེད་པ་ལས། རང་བཞིན་འདི་དང་ལྡན་པ་དག་རང་བཞིན་དེ་ལས་ལྡོག་སྟེ་འཁྱར་མེད་
རྟག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་འཁྱར་བའི་ལ་མ་བརྟའི་འདོད་པ་འདི་རིགས་འཆང་བར་མི་བྱ།

འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་བདུད་དག་གིས་ནི་རྟག་དུ་རང་རྒྱུད་བསྐྱེད་བའི་སྐབས་ལ་རང་
རྒྱུད་སྤང་བར་བྱ་ལ།

ཅི་ལྟེ། རང་གི་ཁྱིམ་དུ་ཆེས་ཞི་བའི་གཉིད་དུ་འཇུག་པར་འདོད་ཀྱང་། ཁྱིམ་ནང་སྐྱལ་
གདུག་པ་ཞིག་འཇུག་ཏེ་གནས་ཆོ། ཐོག་མར་སྐྱལ་དེ་ཕྱིར་འདོན་པར་བྱ་གལ་ཆེ་བ་དེ་བཞིན་
དུ་འཁོར་བའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་འཆིང་ཐག་བཅད་དེ་ཐག་རིང་དུ་བསྐྱར་བར་བྱེད་ཅིང་། རང་
སེམས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤང་བར་བྱའོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུག་ཐུབ་པ།

[illegible]

ངེས་དོན་གྱི་སངས་རྒྱལ་ནི་མིའི་ཕུང་པོ་འདི་མིན་པར། ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་
 ཉིད་ཡིན་པ་དང་། མིའི་ཕུང་པོ་ནི་འཇིག་པར་ངེས་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཆེན་
 པའི་ཡེ་ཤེས་འདི་ནི་དམ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་། དམ་ཆོས་ཀྱི་བདེན་པའི་དབྱིངས་སུ་གཏན་
 ཏུ་གནས་སོ། ཟུ་བོ་གང་དག་ཁོ་བོའི་ཕུང་པོ་འབབ་ཞིག་ལས་གཞན་མ་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་
 ཁོ་བོ་མ་རིག་ཅིང་དམ་ཆོས་དང་དུ་བྲལ་བའི་དེ་ལ་མོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་བོ་རིག་པར་བཤྲོད།

ཁོ་ལོ་འཆི་བའི་མཇུག་ཏུ་དམ་ཆོས་འདི་ཉིད་ཁྱེད་ཅག་གི་སྟོན་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཉིད་
ཀྱི་རྗེས་སུ་ཚུལ་བཞིན་འཇུག་ལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཁོ་ལོ་ལ་གུས་ཤིང་བཀྱུར་བ་ཡིན་ནོ།

དེ་སྤོ་ལོ་གངས་བཞི་བརྒྱའི་རིང་ཁོ་བོས་གང་ཡང་སྐྲས་གསང་མེད་པར་བཅས་
 ཅད་གསལ་ཞིང་ལྷགས་པོར་བསྟན་པ་ལགས་ན། འཁོར་དག འདི་ནི་མཐའ་མ་ཡིན། དུང་
 ཙམ་ནང་ཁོ་བོ་སྤང་འདས་པ་འཇུག་པར་བཤུ་ཞིང་། འདི་ནི་ཁོ་བོའི་གདམས་པ་ཡིན་ཀོ།

ལེའུ་གཉིས་པ།

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས།

༧

སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་དམ་བཅའ།

༡ བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་ཞེ་ཕུགས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་ནི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ་ཡིན་ལ།
བྱམས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོ་ཀུན་ནས་ཐབས་ཤེས་ཀྱིས་སྟོབ་པར་མཛད་ལ།
ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་གཞན་གྱི་ནད་དང་སྤྱག་བཟུལ་སོགས་རང་གི་དྲི་བ་དང་དྲུག་དང་བ་
སོགས་མཛད།

དེ་ཡང་སྟོན་པས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ། ཁྱེད་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་ནི་བདག་གི་འད་བདེ་སྤྱག་ཡིན་
ཤིང་ཞེས་གསུངས། ཇི་ལྟར་མ་ཡིས་བུ་ལ་རྟག་དུ་བརྩེ་བས་སྟོབ་པ་ལྟར་སྟོན་པས་ཀྱང་འདི་
ལྟའི་བྱམས་བརྩེའི་ཐུགས་བསྐྱེད་བཟང་པོ་སྤྲད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་བོར་བར་མི་མཛད་པ་ནི་
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱིང་ཇེ་འདི་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་མོས་པ་ལ་བསྐྱུན་ཏེ་བསྐྱེད་
ལ། འདི་གི་དམ་བཅུ་དང་ཐུན་པ་ཡོང་ཆེད་སེམས་ཅན་གྱི་དད་མོས་ལ་རྟག་ལུས་ཤིང་། འདི་
ལས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་བསྐྱབ་རྒྱས། དེ་ཡང་ཇི་ལྟར་མ་ཡིས་བུ་ལ་བརྩེ་བས་སྟོབ་པ་ནི་
བྱས་ཚུལ་མཐུན་དུ་བརྩེ་བ་ཀྱང་བྱས་པ་ལས་བྱ་གི་དམ་བཅུ་དང་བ་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ།

འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་འདི་མ་ཤེས་སྐབས། མ་
རིག་པའི་ཀུན་ནས་སྟོང་བའི་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་སྟོ་འཁྱུལ་བའི་གཞན་དབང་དུ་
ཐུར་ནས་མི་དགེ་བའི་ལས་མང་དུ་བསགས། ལས་དེའི་དབང་གིས་སྤྱག་བཟུལ་སྤྱི་མེད་དུ་
རྒྱད། མདོར་ན་ལས་ངན་གྱི་ཁུར་པོ་ལྟེ་བས་ཉོན་མོངས་པའི་རི་བོ་ལ་འཁོར་བར་བྱེད་དོ།

ཡང་དག་པར་ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་།

༢ སངས་རྒྱུ་གི་ཐུགས་བརྩེ་དེའང་ད་ལྟའི་མི་ཆོ་གཅིག་པུའི་ཕན་འདོགས་ཆེད་མིན་
པར་སྦྱོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་གྲུབ་པའི་གདུལ་བྱའི་སྤང་ངོར་ཡང་རང་གི་ཁམས་དང་འཚམས་
པའི་རྣམ་པར་བསྟན་ཞིང་ཐབས་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཕན་པ་སྦྱབ་བོ།

དཔེར་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པས་ཀྱང་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་ཡོད་ཀྱི་ཕུན་ཚོགས་ཐོར་ཏེ་
དཀའ་ཐུབ་ལ་གནས། ཏིང་འཛིན་སྒྲོམ་སྦྱབ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་གཞིལ་བའི་མཐར་མཛོན་པར་
ཚོགས་པར་སངས་རྒྱུ་ཏེ་གདུལ་བྱར་དམ་ཚེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས། གདུལ་བྱ་རྟག་འཛིན་པ་
རྣམས་གདུལ་བའི་སྤྱད་དུ་དགོངས་པ་ཚོས་དབྱིངས་སུ་གཤེགས་ཚུལ་ཀྱང་བསྟན།

དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་མི་ཤེས་པའི་སྤངས་པ་གཏན་དུ་ཡོད་པ་དང་ཆད་ཆོད་ཟེན་མི་རུས་
པ་དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱི་བརྩེ་བ་སྦྱིང་ཆེ་ཆེན་པོ་དེ་ཡང་ཟབ་ཅིང་གཏིང་ཆད་
དཔོག་མི་རུས་པ་ལགས་སོ།

མ་ཟད་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བར་བརྩམས་པའི་ཆོ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་
པས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མི་བཟད་པའི་ཐུག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་
འདོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་དང་། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ཁོང་དུ་རྒྱུབ་བར་མཛད་རྒྱ་དང་།
མཐར་ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་གི་གོ་འཕང་མཛོན་དུ་བྱ་རྒྱ་བཅས་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞི་མཛད།
ཐུགས་དམ་འདི་དག་གིས་ཀྱང་སྟོན་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱམས་སྤྱིང་ཆེ་མཚོན་རུས།

༣ སྟོན་པས་ཐོག་མར་རང་ཉིད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་དང་རྣམ་པར་
མི་འཛོལ་ལེགས་པར་བསྐྱབ་པ་འདི་ཡི་དགེ་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་མིན་འཁྲི་བས་
མི་འདའ་བར་བཞུགས།

སྟོན་པས་རང་ཉིད་མ་སྦྱིན་པར་མི་ལེན་པར་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ཤིང་འདི་ཡི་དགེ་བས་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅི་འདོད་པ་འགྲུབ་པར་བཞུགས།

སྟོན་པས་རང་ཉིད་ཡོག་གཡེམ་སྤངས་པར་ལེགས་པར་གནས་ཤིང་། འདི་ཡི་དགོ་བས་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིད་དང་ཞིང་ཆགས་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ལས་བྱལ་བར་བཟུངས།

སྟོན་པས་ངེས་ལེགས་ལ་དམིགས་ཏེ་རང་ཉིད་འབྲུལ་བའི་གཞན་དབང་དུ་མ་སོང་བར་
བསྐྱབས་ཤིང་། འདི་ཡི་དགོ་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་ངག་གི་རྗེས་སུ་འབྱང་སྟེ་
སེམས་ཞི་བ་ལ་གནས་པར་བཟུངས།

སྟོན་པས་རང་ཉིད་ཕྱ་མ་མི་སྤྱོད་བསྐྱབས་ཤིང་འདི་ཡི་དགོ་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་མཇུག་གོགས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་འཁོད་པར་བཟུངས།

སྟོན་པས་རང་ཉིད་ཆོག་ལྷུ་བ་མི་སྤྱོད་བསྐྱབས་ཤིང་འདི་ཡི་དགོ་བས་གཞན་དག་སེམས་
ཞི་བར་གནས་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཅིང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཞི་བདེ་ལ་སྦྱོད་པར་བཟུངས།

སྟོན་པས་རང་ཉིད་ངག་འབྲུལ་གྱི་སྟོན་ལས་བསྐལ་ཏེ་དེས་ལུས་ཅན་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་གུས་བརྟེན་གནས་པར་བཟུངས།

སྟོན་པས་ངེས་ལེགས་ལ་དམིགས་ཏེ་རང་ཉིད་འདོད་ཆགས་མེད་པར་བསྐྱབས་ཤིང་འདི་
ཡི་དགོ་བས་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་མེད་པའི་བདེ་ལ་གནས་པར་བཟུངས།

སྟོན་པས་རང་ཉིད་ཞེ་སྤང་མེད་པར་བསྐྱབས་ཤིང་དེས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕན་ཚུན་
བརྟེན་ཞིང་བདེ་བར་གནས་པར་བཟུངས།

སྟོན་པས་རང་ཉིད་མི་ཤེས་པའི་རྫོངས་པ་སྤོང་བའི་ཐབས་ལ་བསྐྱབས་ཤིང་དེས་སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་རྫོངས་པ་ལས་བྱལ་བར་བཟུངས།

དེས་ན་སྟོན་པའི་ཐུགས་བརྟེས་ལུས་ཅན་ཡོངས་ལ་ཁུབ་ཅིང་། ས་མས་རང་གི་སྤྱག་གུ་
ཇི་ལྟར་བརྟེན་བདེ་བཞིན་དུ། སྟོན་པས་ཁྱད་ལུས་ཅན་ཡོངས་ལ་ཐུགས་བརྟེན་གཟིགས་
ཤིང་ཐམས་ཅད་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་ལྟར་བའི་སྟེ་འཆིའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་བཞལ་ཏེ་བདེ་
བ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྱམ་དུ་དགོངས་སོ།།

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་

ཁ

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

༡ མ་རིག་འབྱུང་བའི་གླིང་འདིར་བདེ་བར་གསལ་པ་དག་གིས་སྒྲིབ་གཉིས་སྤངས་པའི་
དབྱིངས་ནས་གསུངས་པའི་དམ་ཚེས་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ཇི་བཞིན་ཡོན་པར་ཆེས་དཀའ་
བས། སངས་རྒྱུ་རྣམས་དངོས་སུ་གླིང་འདིར་ཞབས་བཅགས་དེ་གང་འཆམས་ཐབས་ཀྱིས་
འགོ་བཙའངས་སུ་སྒྲོལ་བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཕྱོག་པས་འདི་ལྟར་གསུངས་དེ།

ད་ནི་ཁོ་བོས་ཁྱེད་ལ་གཏམ་རྒྱུ་ཞིག་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྔོན་ཁྱིམ་བདག་གཅིག་རང་
ཁྱིམ་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་བ་ན། རང་ཁྱིམ་མེས་འཇིགས་པའི་ཟེན་དེ་དེའི་ལྷག་གུ་ཚོ་ཡང་ཁྱིམ་
ནང་ཅེད་མེད་རྣམས་གཡོང་གིས་ཁང་པ་མེས་ཟེན་པ་མ་ཤེས་པར་གནས་པ་དང་། དེ་ཙམ་དུ་
ཁྱིམ་བདག་དེ་ཉིད་ཕྱིར་འཁོར་ནས། དེ་མ་ཐག་དུ་ལྷག་གུ་རྣམས་ཕྱིར་བོས་ཀྱང་། ལྷག་གུ་
རྣམས་ཕྱིར་མ་ལུང་བས།

སྐྱར་ཡང་ལྷག་གུ་ཚོར་བོས་དེ། འདི་ལྟར། རས་ཁྱེད་ཚོར་ཅེད་ཆས་ངོ་མཆར་ཅན་མང་
པོ་འབྱེད་ཡོད་པས། ཕྱིར་སྤང་དུ་ཡོང་དགོས་ཞེས་སྐད་སྒྲ་ཤུགས་ཆེ་འབྱིན། འདི་ཉིད་གོ་བ་ན།
ལྷག་གུ་རྣམས་ཁྱིམ་དེ་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་ཐོན་དེ།

དེ་ཡང་འཁོར་བ་འདི་ཉིད་མེས་འཆིགས་པའི་ཁང་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། འཁོར་བ་པ་རྣམས་
ཀྱིས་འདི་མི་ཤེས་ཤིང་། མཉམ་དུ་མེས་ཉེན་པ་དང་། སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་
པོའི་དབང་གིས་མེས་ཅན་རྣམས་འདི་ལས་བསྐྱལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དོ།

༢ སྐྱར་ཡང་ཕྱོག་པ་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བཀའ་རྩུལ། རས་ཁྱེད་ལ་གཏམ་རྒྱུ་
གཞན་ཞིག་ཀྱང་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྔོན་འདས་པའི་དུས་ཤིག་ན་ཁྱིམ་བདག་འབྱོར་ལྟར་

གཅིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་བྱ་གཅིག་ལས་མེད་ལ། ཉིན་ཞིག་བྱ་དེ་རང་ཁྱིམ་ལས་བྱོལ་ཕྱིན་
པས་ཤིན་ཏུ་ནས་དབུལ་པོར་གྱུར།

དེ་ཤིང་ཁྱིམ་བདག་དེས་རང་གི་བྱ་འཕྲོད་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་། བྱའི་གཞུང་ལས་སྤོར་དེ། རང་
གི་བྱ་རྒྱུད་དུ་རེ་བ་གཏེར་པའོ་མ་བྱུང་།

ནམ་ཞིག་ན། གོས་རྩབ་ཏུ་ལྱིས་ཀླུ་བས་པའི་བྱ་དེ་ཁྱིམ་བདག་དེའི་གོང་ཁྱེད་གྱི་ཉེ་
འགམ་དུ་འཕུན་ཅིང་འཁྲུམས་པ་ཁྱིམ་བདག་དེས་མཐོང་ནས་རང་གི་བྱ་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་པ་
ན། གཞུག་འཁོར་འགའ་ཤས་བརྒྱུ་དེ་བསུ་བར་བསྐྱོས།

འོན་ཀྱང་། ཁྱིམ་བདག་དེའི་ཁང་བཟང་རྒྱས་སྤྱོད་ཅན་གྱི་གཟེ་བའི་དུས་ལ་ཤིང་།
སྤྱོད་པོ་དེ་དག་གིས་བསྐྱུ་བར་དོགས་ཏེ་གཏན་ནས་མ་ཕྱིན།

སྤྱིར་ཡང་། ཁྱིམ་བདག་དེས་གཞུག་འཁོར་མང་པོ་བརྒྱུ་དེ། བྱ་དེ་ཤིང་པོ་ན་ཁྱིམ་
བདག་དེའི་གཞུག་འཁོར་གསུ་འཕྲུལ་ཁྱུགས་བྱས་ན། ལས་བབས་ཀྱི་སྒྲ་ཡོན་དུ་དབུལ་སྤོར་
སོགས་འབྱུང་ན་ཞིག་གཏན་སྤྱོད་པས། བྱར་འདོད་བབས་བྱུང་སྟེ་གཞུག་འཁོར་གཞན་དང་
མཉམ་དུ་ཁང་བཟང་དེར་བསྐྱོད་དེ། དེར་གཞུག་འཁོར་གསུ་བཟུང་།

ཁྱིམ་བདག་དེས་ཤིང་གིས་བྱ་དེར་རང་གི་རྒྱ་ཚོར་ཡོངས་ཚོགས་ཀྱི་འགན་སྲུང་ཀྱང་ད་
དུང་བྱ་དེས་ཁྱིམ་བདག་དེ་ཉིད་རང་གི་པ་ཡིན་པར་མ་ཤེས།

ཁྱིམ་བདག་དེ་རང་གི་བྱའི་ཡ་རབས་གསུ་རྩེའི་སྤྱོད་བཟང་ལ་དགའ་མོས་ཆེན་པོ་བྱུང་།
དེ་ནས་ཁྱིམ་བདག་དེ་ཤིང་ཤིང་ཞོགས་པར་གྱུར་དེ། འཆི་བའི་དུས་ལ་འབབས་པའི་ཆོ། རང་
གི་སྤྱན་ཉེ་དང་གོགས་རྣམས་མཐུན་མར་བོས་ཏེ་དེ་དག་ལ་སྤྱོད་པ། མཇེའ་གོགས་དག་སྤྱོད་
པོ་འདི་ནི་ལོ་མང་རིང་བཙལ་ཀྱང་མ་རྒྱུད་པའི་ཁོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་བྱ་ཡིན་ཞིང་། དུས་དེ་ནས་བཟུང་
ཁོ་བོའི་རྒྱ་ཚོར་ཡོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པོ་དེར་བདག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱོད།

འདི་ཉིད་ཐོས་པ་ན་བྱ་དེ་ངོ་མཚར་སྤྱོད་ཏེ་སྤྱོད་པ། ངས་ནི་ད་ཆ་རང་གི་པ་ཙམ་དུ་མ་

ལང་དག་པར་རྒྱལ་པའི་སངས་རྒྱལ།

ཟད། ལྷོ་ལོངས་སྤྱོད་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རྟེན་དོན་ལྡན་སྤྱུས།

གངས་རྒྱལ་འདིའི་ནང་གི་ཁྱིམ་བདག་འབྱོར་ལྡན་འདིས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་དང་།
ཅི་གར་འཕུན་པའི་བྱ་འདིས་སེམས་ཅན་མཚོན་ལ། ཡས་རང་གི་བྱ་གཅིག་བྱར་ཇི་ཙམ་གྱིས་
བརྩེ་བ་བཞིན་སྟོན་པས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཡོངས་ལ་དམིགས་གིང་། དེའི་ངང་ནས་ལྷས་ཅན་
ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་དུ་བཀྱི་བའི་ཐབས་ལ་དགོངས་སོ།

༣ ཇི་ལྟར་འཛིན་མའི་སྤྱོད་ཅུར་ཆར་རྒྱ་མཉམ་པ་འབབ་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྤྱོད་ཅུར་
སོ་སོར་འཆར་ཡོང་མི་འདྲ་བས་མཚོན་པའི་ཕན་ཐོགས་མི་འདྲ་བ་འབྱུང་བ་བཞིན་བདེ་བར་
གཤེགས་པའི་བྱ་གས་རྒྱད་ཀྱི་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་མཉམ་པར་དམིགས་
ནའང་ཁམས་དང་གནས་སྐབས་མི་མཐུན་པའི་གདུལ་བྱར་ཐབས་ཤེས་མི་འདྲ་བས་ཞི་བར་
བཀོད་དོ།

༤ ས་མ་དག་གིས་རང་རང་གི་ལྷག་གུ་ཀུན་ལ་བྱམས་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱང་ནད་ཀྱིས་ཟེན་པའི་
ལྷག་གུར་དམིགས་བསལ་དོ་སྣང་གིས་བྱམས་སྦྱོང་བྱེད་ལ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱ་གས་བརྩེ་ཆེན་པོས་སྤྱོད་པའི་ཐམས་ཅད་ལ་མཉམ་པར་བརྩེ་
ནའང་མ་རིག་ཚོངས་པའི་དབང་གིས་ལྷག་བསྐལ་གྱི་ཁུར་པོས་ལྷག་པར་ནོན་པའི་ལྷས་ཅན་
དག་ལ་བྱ་གས་སྦྱང་དམིགས་བསལ་མཛད་དོ།

ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཤར་ཕྱོགས་ནས་འཆར་ནའང་ངན་སེམས་དང་ཕྱོགས་རིས་མེད་
པར་འཇིག་རྟེན་ཡོངས་ཀྱི་ལྷན་པ་སེལ་བའི་ཚུལ་དེ་བཞིན་སྟོན་པའི་བྱ་གས་བྱམས་པས་སེམས་
ཅན་ཡོངས་ལ་ཁབ་ཅིང་། དེ་རྣམས་དྲང་པོའི་ལམ་དུ་བསྐྱལ་བ་དང་། ངན་ལམ་ལས་སྦྱོབ་
པར་མཛད། དེས་ན་སྟོན་པས་མ་རིག་པའི་སྤྱུག་སེལ་ཞིང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ལ་

བཀྲི་བར་མཛད།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་གི་ཐུགས་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ་ཆེན་པོ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་འགོ་
བའི་ལ་དང་མ་ཡིན་པར་མཛོན། མ་རིག་པ་དང་འདོད་པས་བཅིངས་པའི་འོག་འགོ་བ་རྣམས་
དགའ་སྤྱོད་ངང་ནས་ལས་བྱེད་པ་བཞིན། འགོ་བ་དག་ལ་བྱམས་པའི་དབང་གིས་འགོ་དོན་
མཛད་པར་བྱབ་པ་རྣམས་སློབ་བསྐྱེད་ཅིང་། བྱབ་པའི་བྱམས་པ་དང་བརྟེ་བ་འགོ་བ་རྣམས་
ལ་མེད་ཐབས་མེད་པས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་བཤོད་པའི་ཐབས་ལམ་ཟབ་མོར་བདེ་
གཤེགས་ཀྱི་སྤྲས་ལྟར་བརྟེན་དགོས་སོ།།

ག།

གདོད་མའི་སངས་རྒྱུས།

༡ གདུལ་བྱ་ཡལ་པའི་སྤང་ངོར་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཉིད་རྒྱལ་སྤྲུལ་གིས་དུ་སྤྱོད་འཁྱུངས་
ཏེ་ཟས་བསོད་སྟོམས་ལ་བརྟེན་པའི་བྱ་བྲལ་ཞིག་གི་རྣམ་པར་སྤྱོད་འདི་ཉིད་དུ་མངོན་པར་
རྒྱུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་པ་སྤྱང་ཡང་། དེས་དོན་དུ་བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་ཐོན་ནས་ཆོགས་
གཉིས་བསགས་ཤིང་སྤྱིབ་གཉིས་སྤྱོད་པའི་ཐོན་འགྲོའི་རིམ་པ་རྣམས་ལེགས་པར་རྒྱུགས་ཏེ་
སྤྱིང་འདིར་དུས་ཉག་དུ་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་གནས།

འདི་ལྟའི་སྟོན་པས་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་རྒྱལ་པ་ལ་བརྟེན། དེ་ཉིད་
ཀྱིས་གསུངས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་ལའང་འཁྱུལ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་མ་ཟད།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་ངང་རྒྱལ་ཇི་བཞིན་ཤེས་པར་ཆེས་དགའ་ཞིང་། བདེན་རྒྱུན་ཇི་ལྟར་
སྤྱང་ཡང་དེའི་ངོ་བོར་མི་གནས་པ། ལྷན་པོས་དེའི་སྟོར་གྱི་ངང་རྒྱལ་བདེན་པར་རྒྱུགས་མི་རུས།
བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉག་གཅིག་གིས་དེའི་གནས་ལུགས་བདེན་པ་གཟིགས་ཀྱང་གདུལ་

ཡང་དག་པར་ཐོགས་པའི་སངས་རྒྱུས།

བྱར་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བདེན་རྒྱན་དང་བཟང་ངན་གྱི་རྣམ་དཔྱེ་བྱེ་ནས་མ་ཡིན་པར་གནས་ལྷགས་
འབའ་ཞིག་སྟོན་ནོ།

དེ་ལ་སྟོན་པས་ཇི་ལྟར་བཀའ་སྩལ་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་
གི་རང་བཞིན་དང་། རྒྱས་པ་དང་། མོས་པ་དང་འཚམས་པའི་དགེ་བ་ལུན་སྤུམ་ཚོགས་པར་
སྤྱད་དགོས་པ་སོགས་བཀའ་སྩལ། གསུང་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལེགས་ཉེས་མ་ལུས་པ་ལས་
འདས་པ་ལོ།

༢ གཞན་ཡང་སྟོན་པའི་གསུང་འབའ་ཞིག་གི་སྟོན་པ་གསུང་བྱར་ཆོས་སྟོན་པ་མིན་པར་
སྤྱ་སྤྱེའི་མཛད་པ་གཞན་ལས་ཀྱང་ཡིན་དེ། སྤྱིར་སྟོན་པའི་སྤྱ་ཆེ་ལ་མཐའ་མེད་ཀྱང་། ཆེ་འདི་
གང་ལ་ཆགས་པའི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་སྟོབ་པའི་ཕྱིར་སྤྱེ་འཛིའི་རྣམ་པ་སྟོན་པས་སོ།

སྟོན་སྤྱན་པ་ཞིག་རང་ཁྱིམ་ལས་རིང་བར་འཁོད་པའི་ཆོ། རང་གི་ལུག་གུ་ཆོས་བག་
གཡེང་ངང་དུག་བཟོས་ལ། ཅམ་ཞིག་ན་པ་སྤྱན་པ་དེ་ཕྱིར་འཁོར་དེ། ལུག་གུའི་ནད་རྟེན་
སོགས་ཤེས་པས། ཅད་དེ་ལས་བསྒྲིག་བྱེད་སྤྱན་སྟོར་གོ་བསྒྲིགས་ཀྱིས་ལུག་གུ་ཆོར་སྤྱན་སྤྱིན་པ་
ན། དུག་གིས་ཆེར་མ་གནོད་པའི་ལུག་གུ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱན་དེ་བཟོས་དེ་དུག་བསྐྱེད་བྱུང་ཡང་།
དུག་གིས་ཆེར་གནོད་པའི་ལུག་གུ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱན་དེ་མ་བཟོས་སོ།

པའི་བརྩེ་བས་བསྐྱར་དེ་པ་སྤྱན་པ་དེས་མཐའ་མར་ལུག་གུ་དེ་དག་དུག་ནད་ལས་གྲོལ་
ཆེད་ལུ་ལུག་གི་ཐབས་ཤེས་ལའང་བསྟེན་དགོས་བྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་པ་སྤྱན་པ་དེས་ལུག་གུ་
ཆོར་སྤྱིས་པ། ཁོ་བོ་ཐག་རྒྱུད་གི་འགྲུལ་ལམ་དུ་བཟུང་དགོས་ཤིང་། ད་ནི་ཁོ་བོ་རྣམས་པོ་ཡིན་
པས་འགྲུལ་ལམ་དུ་འཛི་སྤྱིད་ལ། ཅི་སྟེ་ཁོ་བོ་བདེ་བར་ཕྱིར་འཁོར་བུལ་ཆེ་ཁྱེད་ཅག་ལ་བཟླ་
རྟོག་གི་གོ་སྐབས་འབྱུང་ལ། འོན་ཀྱང་། གལ་དེ་དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་ལམ་བར་དུ་འཛི་བ་སོགས་
བྱུང་ཆོ། ཁྱེད་ཅག་གི་གནས་སྤངས་སྤྱིར་ཡང་ཞན་དུ་འགོ་རྒྱ་ལགས་པས་ཅི་སྟེ་ཁྱེད་རྣམས་ཁོ་

པོའི་འཆིགས་ཐོས་པ་སོགས་བྱང་ན། སྤྲོ་སྦྱར་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་ནད་ཟུག་
འདི་ནས་ཐར་བར་བྱ་དགོས་ཞེས་ཁོ་བོས་འདོམས་པར་བཀྱིད་དོ། ཞེས་སྤྲོ་ནས་འགྲུལ་ཐག་
རིང་བར་བཞུད། དེ་ནས་དུས་མི་རིང་བར་བང་ཆེན་ཞིག་གི་མདུན་སར་ལྷག་གུར་པ་སྤྲོ་བ་དེ་
ཤི་སོང་ཞེས་པའི་གནས་ཚུལ་བརྗངས།

ལྷག་གུ་དེ་དག་ཆེས་སྦྱོ་ཞིང་། ད་ཕྱིན་པ་དམ་པའི་བཙེ་བ་དང་མི་འཕྲད་དོ་སྤྲོ་བ་པའི་སྦྱོ་
ཤས་ཆེན་པོ་སྤྲོས། དེ་ནས་པ་སྤྲོ་བ་པའི་གྲེས་ཆེམས་ཡིད་ལ་བྲན་པ་ན། སྤྲོ་སྦྱར་དེ་ལ་བཞེན་
པས་ནད་ཟུག་དེ་ལས་གྲོལ་ལོ།

སྦྱོ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཡབ་སྤྲོ་བ་པ་འདིའི་བྱ་སྦྱོད་ལ་སྤྲོད་པ་བྱ་མི་རུང་ལ། སྦྱོན་པ་སངས་
རྒྱལ་ནི་ཡབ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་འདོད་པའི་འཆིང་བར་བྱིངས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྦྱོབ་པའི་
ཆེད་དུ་སྦྱེ་འཆིའི་མཇེད་ཚུལ་ལ་བཞེན་པའི་ཕྱིར་རོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན།

༡

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱ་རྣམ་པ་གསུམ།

༡ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཁྱད་ཚེས་དང་སྐྱ་མཚན་དག་ནི་སངས་རྒྱུ་དངོས་མིན་པས། དེ་དག་ལས་སངས་རྒྱུ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་པར་མི་རུས་ལ། སངས་རྒྱུ་དངོས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་ཅན་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་ནས་ཤེས་དགོས།

 ཅི་ལྟར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཁྱད་ཚེས་བཟང་པོ་འགའ་མཇལ་བས་སངས་རྒྱུ་མཇལ་ཏེ་སྦྲུམ་ན། དེ་ནི་མིག་ཤེས་སྒྲུབ་པའི་འབྲུལ་པ་ཞིག་སྟེ། སངས་རྒྱུ་གཟུགས་སུ་ཤར་བའས། མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་དུ་མེད་ཅིང་། ལྷག་པར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དག་ནི་བཤད་པ་འབྲུལ་མེད་ཅིག་ལ་བསྟན་ནས་ཀྱང་ཤེས་མི་བྱལ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་བརྗོད་པ་ལས་དེའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཇི་བཞིན་བརྗོད་མི་མིན་དོ།

 སྤྱིར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གཟུགས་དབྱིབས་སྟོར་གྱི་གཏམ་གླེང་ཡོད་ནའང་སངས་རྒྱུ་ལ་མཚན་ངེས་ཅན་མེད་ལ། དེ་ལྟར་ནའང་གཟུགས་དབྱིབས་གང་གི་འང་རྣམ་པར་རོལ་པའི་རུས་པ་དང་ལྡན་ཏོ། དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལའང་ངེས་ཅན་ཞིག་མེད་ཀྱང་ཡོན་ཏན་གྱི་ཡང་རྩེའི་རྣམ་པར་རོལ་བ་ནི་རུས་སོ།

 དེས་ན་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་དང་ཡོན་ཏན་རྣམས་མངོན་པར་མཇལ་ཏེ་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་ཆགས་སེམས་མི་སྒྲོང་བ་དག་ལ་ནི་སངས་རྒྱུ་དངོས་སུ་མཇལ་བ་དང་ཤེས་པའི་རིགས་ཡོད་དོ།

༢ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱོན་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་
ལ་གདོད་མ་ནས་གཟུགས་མེད་ཅིང་རྒྱལ་ཆོས་ལས་མ་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་ཤིང་།
འབྲུང་འབྱར་དུ་འང་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་དུ་གནས་སོ། དེ་ཡང་ཟག་ཟས་ལ་མི་བརྟེན་ཞིང་། ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་ནད་དང་འཇིགས་པས་མ་ཟེན་ཅིང་། མི་འབྱར་རྗེ་རྗེའི་
ཁམས་སུ་བརྟན་པར་གནས་སོ།

དེས་ན་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཇི་སྤྱིད་དུ་གནས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་སངས་རྒྱུ་
གནས་ལ། མཆེན་པ་འདིས་ནི་ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་དོན་ཡོན་གྱི་མདུན་ལམ་གསར་པ་ཞིག་གི་
སྤང་བ་འབྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་ཅིང་། ལུས་ཅན་རྣམས་སངས་རྒྱུ་
ཀྱི་སར་སྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན།

འདི་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལུས་ཅན་དག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱུར་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་འཛིན་
ཅིང་མཛོད་ལ། གཞན་ཡང་སྤེལ་བར་བྱེད་དོ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྲེབས་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་
པ་གཞན་འགའ་ཡང་མེད་དོ།

༣ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱོན་ནམ་པ་གསུམ་སྟེ། ཆོས་སྐྱུ། འོངས་སྐྱུ། སྐུ་ལ་སྐྱུ་གསུམ་ཡིན་ལ།
ཆོས་སྐྱུ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་བདེན་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་སྤྱིང་པའི་ཐད་ལ།
སངས་རྒྱུ་ལ་བཟོ་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་མེད་ཅིང་། དེས་ན་གང་ནས་ཀྱང་འོང་བ་དང་གང་
དུ་འང་འགོ་བ་མེད་ལ། རྣམ་མཁའི་སྤྱོད་སངས་ལྟར་ཀུན་ལ་ཁྱབ་ཅིང་། ཐམས་ཅད་དེའི་རང་
བཞིན་ཡིན་པ་དང་། དེ་གང་གི་འང་མི་བདོག་པ་མེད།

མ་ཟད་སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲོས་ཡོད་མེད་དུ་བྲན་པའི་གཡོ་བས། སངས་རྒྱུ་གྲུབ་མ་གྲུབ་
སོགས་གང་ག་དུ་མེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་དཔལ་ལ་སྤྱོད་
སྐབས་ཐུགས་འདོད་མེད་བཞིན་དུ་བྱོན་དགོས་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཅིང་ཉམས་པའི་ཆོ་

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན།

གྱེས་དགོས་པ་སོགས་གང་ཡང་མིན་ཞིང་། སངས་རྒྱལ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་གཞིག་ལས་འདས་པའོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་འདི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སངས་རྒྱལ་མེད་པའི་ས་ཡུགས་སུ་སྤང་དུ་ཡོད་པ་དང་། སྐུ་རྒྱུ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ལོ་དུས་ཀྱང་དུ་གནས་པར་གྲུབ་ བོ།

༤ ཡོངས་སྐུ་ནི་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་མཚོན་ཞིང་། འདི་ནི་དབྱིབས་གཟུགས་ངེས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཞིག་སྟེ་འགོ་བ་རྣམས་ཐར་བར་འབྲེན་ཆེད་དུ་སྤྲུགས་བསྐྱེད་བཟང་པོའི་མཚན་མ་དང་། སྐུ་འཆིའི་མཚན་མ་དག་གི་རྣམ་པར་རོལ་བར་མཛད།

དེས་ན་ཐབས་སྟངས་ཇི་ཅེས་པོ་སྐུ་འདིའི་རང་བཞིན་གྱི་སྟངས་པོ་ཡིན་ཞིང་། འདིས་རང་གཤེས་ངང་བདེ་བར་གཤེགས་པས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྲིན་གྲོལ་ལ་འགོད་པར་མཛད་དོ། ཇི་ལྟར་བྱུང་གིང་མ་ཟད་ཀྱི་བར་མེ་མི་འགག་པ་བཞིན་དུ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྲུགས་བཅུ་བ་ཆེན་པོ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདོད་པ་མ་ཇོགས་ཀྱི་བར་འབྲུར་བ་མེད་པར་གནས་ཤིང་། ཇི་ལྟར་རྒྱུད་གིས་ས་རྒྱལ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་བདེ་གཤེགས་ཀྱི་སྤྲུགས་བཅུས་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱལ་རྣམས་དེད་པར་བྱེད།

སྤྲུལ་སྐྱེས་ནི་གདུལ་བྱའི་རིགས་ཡོངས་སུ་ཇོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དངོས་སུ་རྣམ་པ་བསྐྱེད་ཏེ་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དང་རྩས་པ་སོ་སོར་གཞིགས་པའི་ཐོག་མར་སྐུ་བ་དང་ཁྱིམ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། མཐར་མཛོན་པར་འཛང་རྒྱ་བའི་བར་གྱི་མཛད་པའི་རྒྱལ་དུ་རྣམ་པར་རོལ་བར་མཛད་ལ། ལུས་ཅན་ཐར་ལམ་དུ་དྲངས་ཆེད་སྤྲུལ་སྐུ་འདིའི་ཐོག་བསྐྱེད་གཞི་བཞེས་པ་དང་སྐུ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་གཏོང་རྒྱལ་སོགས་ཐབས་ཤེས་ཇི་ཡོད་མཛད་དོ།

སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་ནི་ཐོག་མར་ཆོས་སྐུ་འབའ་ཞིག་ལགས་ཀྱང་གདུལ་བའི་ཁམས་མི་

མ་ཐུན་པ་མང་དག་གིས་རྒྱུན་ལས་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་ཡང་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་བུ་བ་ཡིན།
གསུམ་བུའི་ཁམས་དང་བསམ་པ་དང་། དབང་པོ་སོགས་མི་འདྲ་བ་མང་དག་ལ་གཞིགས་པའི་
སྐྱེའི་རྣམ་པ་ཡང་འདི་ལྟར་ལགས་ཀྱང་། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ནི་རྟག་དྲུ་ཆོས་ཀྱི་བདེན་པ་ཉིད་ལ་
དགོངས་ཤིང་བལྟགས་སོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་དེའི་དགོངས་པ་དང་དགོས་པ་རྣམས་ནི་
གཅིག་ཉིད་དེ། དེ་ནི་ལྷས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་སྦྱོབ་རྒྱ་དེ་ཡིན་ནོ།

སྦྱིར་ན་གནས་དུས་ཀྱི་དྲུ་སྟོན་མེད་ཐུགས་ཉམས་ངང་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བར་འཇུག་ཀྱང་།
སངས་རྒྱལ་ཉིད་ལ་བཟོ་དབྱིབས་ངེས་པ་མེད་པས། རྣམ་པ་དེ་དག་སངས་རྒྱལ་སྤངས་པ་ནི་
མིན་ལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ངང་ཚུལ་གྱིས་ནི་གནས་དུས་ཀྱི་ལ་ཁུབ་ཅིང་། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་
ཇི་བཞིན་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་དེའི་སྐྱེ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ངང་ནས་གདུལ་བྱ་སྐྱེ་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་
ངོར་རྣམ་པ་སྟོན་ནོ།

ཁ

གདུལ་བྱར་སྣང་བའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་པ།

༡ སྦྱིར་ན་སངས་རྒྱལ་འཇམ་བུ་གླིང་འདིར་བྱོན་པ་དགོན་ཡང་། ཅི་ཕྱེ་དངོས་སུ་བྱོན་ཆོ།
གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་སངས་རྒྱལ་ཚུལ་སྟོན་པ་དང་དམ་ཆོས་སྤེལ་བ་དང་། ཐེ་ཆོས་བྱིད་པ་
གཅོད་པ་དང་། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཞེན་པ་རྩངས་ནས་འབྱེན་པ་དང་། སྤྲིག་པའི་འབྲུང་ཁུངས་
སོགས་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། བར་གོགས་མེད་པར་གླིང་ཕྱོགས་གང་སར་ཐུགས་འདོད་
བཞིན་ཞབས་བཅགས་པར་མཛད། སངས་རྒྱལ་ལ་བསྟོད་བཀྲར་གྱིས་མཚོན་པའི་ལྷག་པར་
བྱ་བ་བྱ་རྒྱུ་ནི་བྱེད་པ་ཀྱང་གྱི་མཚོག་གོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱོད་དེའི་ཡོན་ཏན།

དེ་ཡང་ལྷན་བསྐྱེད་ཀྱིས་གཙོས་པའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཐུགས་བརྩེས་གཏོང་བར་མ་
བཟོད་ཀྱིན་སངས་རྒྱུ་རྣམས་འཇམ་བུའི་གླིང་འདྲིར་བྱོན་ལ། དེ་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་འདི་ཉིད་
སྤེལ་བར་མཛད་རྒྱ་དང་། ལུས་ཅན་རྣམས་ཆོས་ཀྱི་བདེན་པས་འཛོལ་བར་བྱེད་རྒྱ་འབབ་ཞིག་
གི་ཆེད་ཡིན།

རྒྱན་དང་བསྐྱེད་འཁྲིད། གཏན་ནས་ངོམས་པ་མེད་པའི་འདོད་པ་དང་རྒྱུད་པའི་ནང་རྩྭ་
པའི་གླིང་འདི་འདྲར་དམ་ཆོས་ཀྱི་སྤེལ་བཟང་གཏོད་སྤེལ་སོགས་བྱ་རྒྱ་ཆེས་དཀའ་ཆོགས་ཅན་
ཡིན་ནའང་། བརྩེ་བ་སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་མངའ་བས་ཐུགས་སྤྲོད་ཆེན་པོས་
དཀའ་ཆོགས་དག་ལ་གཏོང་ལེན་མཛད་དོ།

༢ སངས་རྒྱུ་རྣམས་ནི་ལུས་ཅན་ཀྱི་མཛའ་གྲོགས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་
འདོད་ཉོན་ཀྱི་ཁུར་པོ་ཆེན་པོས་ཁོན་པའི་སྤྱེས་བུ་རིག་པའི་ཆོ་ཐུགས་བརྩེའི་ངར་ལྷག་པར་
བསྐྱེད་ནས། གཏུང་སེམས་མཉམ་བསྐྱེད་མཛད་ཅིང་། མི་ཤེས་མོངས་པས་མནར་བའི་སྤྱེས་བུ་
དང་འཕྲད་ཆོད་དུས་ཤིང་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཀྱིས་སྤྲོད་སྤྲོད་སྤེལ་བར་མཛད་དོ།

ཇི་ལྟར་བེལ་གང་ཞིག་རང་གི་མ་དང་ཅི་དགར་སྤྱོད་པ་བཞིན་བདག་ཅག་གི་སྤོན་པ་
ལས་དམ་ཆོས་ཐོས་པ་དག་གིས་ནི་སྤོན་པ་ཉིད་དང་བྲལ་འདོད་ནམ་ཡང་མི་སྤྱེ་སྤྱེ། དམ་ཆོས་
ཀྱི་དེ་དག་ལ་བདེ་བ་འབྱེན་པའི་ཕྱིར།

༣ ཇི་ལྟར་སྒྲིབ་འཆར་བ་རུས་པ་སོགས་རིག་པ་ལས་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིབ་
འཆར་སོང་ཞེས་པ་དང་། རུབ་སོང་ཞེས་སོགས་སྒྲིབ་བར་བྱེད་ནའང་སྒྲིབ་བཞིན་མ་ཁམས་དེ་
འདྲའི་འཆར་རུབ་ཀྱི་འཁྲུང་བ་མེད་པར་གཏན་དུ་འོད་འབྱེན་པ་བྱེད་པ་བཞིན། སངས་རྒྱུ་
ལའང་སྤྱིར་སྤྱེ་འཆི་སོགས་ཀྱི་གཡོ་བ་མི་མངའ་ཡང་གཏུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་གསལ་
སྤོན་ཆེད་དེ་ལྟར་འཁྲུང་བ་མངའ་རྩལ་བསྐྱན་པ་དང་།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན།

ཇི་ལྟར་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲ་པའི་གཟུགས་སྣང་ཞིག་ལ་ཉ་གང་བ་དང་། གཟུགས་སྣང་གཞན་ཞིག་ལ་ཆོས་གསུམ་སྒྲ་བ་ཞེས་སྒྲ་ནའང་དོན་དུ་སྒྲ་བ་ནི་འཕེལ་སྐྱིབ་མེད་པར་རྟག་དུ་སྒྲོར་སྒྲོར་པོར་གནས་པ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་གདུལ་བྱའི་སྣང་ངོར་སངས་རྒྱུ་ལ་འཕྱར་བ་ཡོད་པར་སྣང་ཡང་སངས་རྒྱུ་ལ་ནི་དེ་ལྟའི་འཕྱར་བ་མེད་ལ།

སྒྲ་བ་ནི་མི་ཚོགས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ས་དང་། ཁ་ཁྲ་སིམ་པའི་གྲོང་གསེབ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱ་མིག་དང་། རྒྱགས་རྒྱ། རི་སོགས་ཅིའི་སྤྱང་དུ་འཆར་བ་དང་། རྒྱ་བུམ་དང་ཐ་ན་ལོ་མའི་སྤྱང་དུ་ཆགས་པའི་ཟེལ་པའི་ནང་དུ་འཆར་བ་མ་ཟད། མལ་ལེ་བརྒྱ་ལྷག་གི་ཐག་འབྲངས་སུ་བགྲོད་པའི་འགྲལ་པ་ལ་སོགས་པའི་མཉམ་དུ་རྒྱ་བ་སོགས་སྒྲ་བར་འཕྲོ་འཕྱར་ཡོད་པ་ཅི་ཅུམ་སྣང་ཡང་། དོན་དུ་འཕྲོ་འཕྱར་མེད་པ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་འཕྱར་རྣམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་ཐོག་དུ་དུས་དང་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བརྩོན་པ་ཆེ་བསྐྱེད་གནང་ཡང་དོན་དུ་འཕྱར་མེད་བརྟན་པོར་གནས་སོ།

༤ གཞན་ཡང་སངས་རྒྱུ་རྣམས་གླིང་འདིར་འབྱོན་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཆང་དགོས་པས། ཅི་སྤྱི་རྒྱ་མཚན་དགོས་པ་ཆང་ཆེ་བྱོན་ལ། མ་ཆང་ན་མི་བྱོན་ནོ།

སངས་རྒྱུ་དངོས་སུ་ཞབས་བཅགས་མིན་ལ་མ་ཉྩོས་པར་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་གོ་འཕང་ནི་རྟག་དུ་གནས་པས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱ་བརྟན་གྱི་ཕེབས་བཞུད་འཕྱར་བ་དང་། འཛམ་བུ་གླིང་གི་གནས་སྤངས་དང་འགྲོ་བ་མིའི་བསམ་རྒྱལ་འཕྱར་བ་སོགས་ཀྱིས་གནས་མིན་པར་གཅོད་དུ་མ་སོང་བར་རྟག་དུ་སྒྲ་མེད་ཡེ་ཤེས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་གནས་དགོས།

སངས་རྒྱུ་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤིག་ལས། ཕྱིའི་ཕུང་པོ་ཞིག་མིན་པར་གསུངས་པས། ཕུང་པོ་འདི་ཉིད་དེ་ལྟའི་མཆེན་པའི་གང་བའི་སྤྱོད་ཉ་བྱུང་ངོས་འཛིན་པའི་ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་སངས་རྒྱུ་ཞེས་གདགས་སུ་རུང་ལ། དེས་ན་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཕྱིའི་གཟུགས་ལ་

སངས་རྒྱུ་སྒྲི་དེ་འོན་ཏེ།

མངོན་ཞེན་གྱིས་གཟུགས་སྒྲི་དེ་ཉིད་མངོན་མེད་དུ་གཤེགས་པར་ཡིད་སྒྲི་བྱེད་ན་སངས་རྒྱུ་
དངོས་དང་མཇལ་རྒྱས་ལས་བྲལ་བར་བཟུང་།

དངོས་འབྲེལ་ལ་གཞིགས་ན་འདྲ་། དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ནི་རེས་
འགར་མངོན་མི་མངོན་དང་། འགྲོ་ཁྲིང་དང་ལེགས་ཉེས་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལས་འདས་པ་དང་།
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་དཔྱད་བཟོད་ཀྱིས་དངོས་པོའི་དབེན་ཞིང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་
བཞིན་གཅིག་ཡིན་ལ།

དེ་ལྟའི་ཁྱད་པར་ཡང་དངོས་པོ་དེ་དག་རིག་པའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འབྲེལ་པའི་དཔྱད་
པའི་དབང་གིས་བྱུང་ཞིང་། སངས་རྒྱུ་སྒྲི་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ནི་རེས་འགར་རྣམ་པ་བཟུན་
མ་བཟུན་སོགས་མེད་དོ།

ག

སངས་རྒྱུ་སྒྲི་ཡོན་ཏེ།

༡ འཇམ་གླིང་ཡོངས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་སྒྲི་ལ་བཀུར་བཞི་བཞུགས་པ་དེ་ཡང་དེའི་འཕགས་ཆོས་
ལྷ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག ལྷ་བ་རྣམ་དག་ཡེ་ཤེས་རྣམ་དག དམ་ཆོས་
སྟོན་པའི་རུས་པ་རྣམ་དག གཞན་ཆོས་སུ་བཀྱི་བའི་ཐབས་རྣམ་དག་བཅས་ལྟོ།

མ་ཟད་ཆེ་བ་གཞན་བརྒྱད་ཀྱིས་ཀྱང་སངས་རྒྱུ་སྒྲི་རྣམས་གདུལ་བྱ་ལ་བདེ་བ་འབྱེན་ཞིང་
འཕྲིན་ལས་སྦྱོལ་བ་ཡིན་ཏེ། (༡) དམ་ཆོས་ཀྱི་མྱོང་བ་རྩོགས་པས་གདུལ་བྱར་འབྲེལ་དུ་
བདེ་བ་འབྱེན་པ། (༢) ལེགས་ཉེས་ཚུལ་བཞིན་དུ་དཔྱོད་པ། (༣) གནས་དང་
གནས་མིན་མཁྱེན་པ། (༤) ལམ་བཟང་བཟུན་པས་གདུལ་བྱ་སྟོན་གྲོལ་ལ་བཀྱི་པ།
(༥) ཐམས་ཅད་སྟོམས་པར་བཀྱི་པ། (༦) ང་རྒྱལ་དང་རང་བཟོད་སྤངས་པ།

(ལ) རང་གི་ཚིག་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ། (༥) རང་གི་སྤྱོད་བ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་སྟེ། འདི་
དག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་སྤྱུགས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱམས་བརྟེན་པོས་ཅེ་འདོད་སྐོང་བར་མཛད་དོ།

ཏིང་འཛིན་སྒྲོམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལས་རྟག་དུ་བྱམས་སྤྱིང་ཇེ་དང་བདེ་བ་དང་། སྤྱུགས་
སྒྲོམས་ཀྱིས་བཀྲ་བའི་སྤྱུགས་ཞི་འཇམ་བག་ཐེབས་འཆང་ཞིང་། དགོངས་གཞི་གཅིག་ཕུ་ཉིད་
ཀྱི་ངང་རིས་མེད། སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་མཉམ་པར་གཟིགས་ཤིང་། དེ་དག་གི་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་
དག་པར་བྱེད་ཅིང་བདེ་བ་འབྱིན་པར་བྱེད་དོ།

༢ སངས་རྒྱུས་རྣམས་ནི་འགྲོ་བའི་པ་མ་ལྟར་ལགས། དེ་ཡང་ཕུག་ག་སྤྱེས་ནས་ལྷ་བ་
བཅུ་དྲུག་ཙམ་རིང་པ་མས་རྩྱལ་རྒྱུད་གི་ཚིག་ཐོག་སྐད་བཅས་སྤྱོད་དགོས་ཀྱང་། དེ་ཇེས་རིམ་པ་
བཞིན་དུ་ན་སོ་ལོན་པའི་ངང་རྩྱལ་གྱི་སྤྱོད་བཟོད་ཕུ་རྩྱལ་སྒྲོབ་པ་བཞིན། སངས་རྒྱུས་རྣམས་
ཀྱིས་ཀྱང་ཐོག་མར་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་མཛོ་མི་ཤེས་པའི་བྱིས་པ་ལྟར་སྤྱུགས་སྤང་གཟིགས་སྤྱོད་
མཛད་ཀྱང་། བྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་འདུན་རང་རང་སོ་སོར་བཅོལ་བར་མཛད་པ་དང་། ཐོག་མར་
འགྲོ་བའི་འདོད་པ་ལྟར་དམིགས་གཏད་གནང་ཡང་བྱིས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་ཞི་བ་དེའི་གནས་
འབྱིན་པར་བྱེད་དོ།

དེ་ཡང་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་གསུང་གཅིག་ཉིད་དུ་གསུངས་ནའང་དམིགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ཅེ་
རེར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་མ་ཉིད་དུ་སོ་སོར་གོ་ལ།

གཞན་ཡང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གནས་ཚོད་ནི་འགྲོ་བའི་བསམ་རྒྱལ་ས་འདས་ཤིང་།
ཚིག་གིས་ཀྱང་ཇི་བཞིན་གསལ་བར་བཟོད་མི་རུས་དེ། དཔེ་སྤྱོད་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་རུས་སོ།

སངས་རྒྱུས་ནི་རྒྱལ་ས་རྒྱུ་ཚེན་པོ་བཞིན་དེ། ཇི་ལྟར་རྒྱལ་ས་རྒྱ་རྒྱུད་པོའི་གོ་མ་
འགྲོས་ཀྱིས་དཀྱུགས་ཤིང་། ཉ་དང་རུས་སྤྱལ་དག་གིས་གཡོ་འགྱུལ་གྱིས་ཀྱང་། ཟང་ཏེ་ཟིང་
ཏེར་བྱེད་པས་རྒྱལ་ས་རྒྱ་ཉིད་ལ་བར་གཤམ་མེད་པར་དལ་འཇམ་ངང་རྒྱལ་ས་པ་བཞིན་ཉ་དང་

མངས་ཀྱི་སྐད་དེ་ཡོན་ཏན།

རུས་སྤུལ་དང་འདྲ་བའི་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་པ་དག་གིས་ཁོང་ནས་དཀྱུགས་ཀྱང་མངས་ཀྱི་
བསྟན་པ་ནི་མུར་བཞིན་བར་མ་ཆད་པར་དྲངས་གསལ་ངང་རྒྱན་འཛིན་པར་བྱེད་དོ།

༣ མངས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་དོན་གཉིས་ཤུཅ་ཚོགས་ཡིན་པས། དུག་དོག་གི་ངན་མཐའ་
ལས་འདས་ཤིང་། མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྟར་པའི་དབྱུ་མའི་དཔལ་འཛིན་ལ། འདི་ཉིད་ཐམས་
ཅད་མཆེན་པ་ཡང་ཡིན་པས་གདུལ་བྱའི་བསམ་པ་དང་མོས་པས་མཚོན་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་སྐད་ཅིག་གི་བྱང་མཐའ་གཅིག་ལ་ཇི་བཞིན་གཟིགས་ཤིང་། ཇི་ལྟར་ནམ་མཁའི་སྐར་
ཚོགས་རྣམས་འཇམ་དྲངས་ལྡན་པའི་མཚོ་ནང་གསལ་བ་བཞིན། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བསམ་
པ་དང་། མོས་པ་དང་། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་མངས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སུ་གསལ་བས།
མངས་ཀྱི་ཉིད་ལ་དངོས་ཀྱང་ཇི་བཞིན་མཆེན་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་མཆེན་པ་ཞེས་བཞིན་དོ།

མ་ཟད། མངས་ཀྱི་མཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ལུས་ཅན་གྱི་ཕྱང་མ་གྱི་སེམས་ཀྱི་ངལ་
དུབ་མངས་ཤིང་གསལ་དྲངས་འབྱེན་པ་དང་། དེ་དག་ལ་གླིང་འདིའི་དོན་གནད། དེའི་རྒྱ་
འབྲས། ལྷག་པར་མངོན་མི་མངོན་གྱི་གནད་དག་སྟོབ་པར་མཛད་ལ། ཅི་སྟེ་མངས་ཀྱི་
མཆེན་པའི་འཕྱིན་ལས་མེད་པ་སོགས་ལྟར་ཆོ་གླིང་འདིའི་ཆ་གང་ལའང་ཇི་བཞིན་ཤེས་རྟོགས་
འབྱུང་བ་ག་ལ་འོང་སྟེ་མི་འོང་ངོ།

༤ མངས་ཀྱི་རྣམས་ནི་རྟག་དུ་མངས་ཀྱི་ཉིད་རྣམ་པར་མི་སྣང་སྟེ། རེ་འགར་ཐིག་
ཅན་གྱི་རྣམ་པ་དང་། རེ་འགར་བྱུང་མེད་དང་ལྟ་དང་། རྒྱལ་པོ་འཇམ། ཆབ་སྲིད་པའི་རྣམ་པ་
དང་། རེ་འགར་གཞང་ཁང་དང་། སྤག་ཁང་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་འང་སྣང་བ་ཡིན།

མ་ཟད་ནད་ཡམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལྟ་ཇི་ལྟུང་དུ་དང་། དྲག་པོའི་དཔག་སྐབས་སེམས་
ཅན་ལ་བཟོད་པ་དང་སྡིང་ཇི་སྡོན་པར་མཛད་ཅིང་། ཡང་གདུལ་བྱ་རྟག་འཛིན་པ་རྣམས་ལ་

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྲུང་དེའི་ཡོན་ཏན།

མི་རྒྱལ་པ་དང་། མི་བརྟན་པ་དང་། སེམས་ཅན་དྲེགས་གདུམ་ཅན་ལ་དམན་ས་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་སྟོན་པ་དང་། ཆགས་པའི་བདེ་བས་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ་དག་ལ་ནི་འཁོར་བའི་སྟོ་གདུམ་མཛད།

དེ་ཡང་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ནི་གནད་དོན་ཇི་འདྲ་བ་དང་གནས་དུས་ཇི་འདྲ་བ་ཡིན་ཡང་། རྒྱལ་དུ་དྲངས་གསལ་ཅན་གྱི་ཆོས་སྤྱི་རྣམ་པར་རོལ་དགོས་པས། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་བྱམས་བརྟེ་ཆེན་པོ་དག་ཀྱང་། སྤྱོད་བ་གངས་མེད་པར་འོད་ཟེར་དུ་མའི་ངང་ཆོས་སྤྱི་འདི་ཉིད་ལས་འཕྲོ་ཞིང་། མིའི་འགྲོ་བར་ཐར་པའང་འབྱིན་པར་བྱེད།

ཡ འཛམ་བུ་གླིང་འདི་ནི་མེས་འཛིག་པའི་ཁང་པ་དང་འདྲ་སྟེ། རྒྱལ་དུ་འཛིག་སྟེ་སྤར་བཟོའི་བྱ་བས་འཁོར་མོ་ཡུག་དུ་བསྐྱར་བའི་ཕྱིར་ལུས་ཅན་རྣམས་ནི་མ་རིག་སྤངས་པས་བསྐྱུས་ཏེ། ཁོང་ཁོ་དང་། མི་བདེ་བ། སེར་སྟེ། བྲག་དོག་དང་། ཆོ་འདི་སྤང་གི་འདོད་པས་དུས་འདའ་བར་བྱེད་ལ། ཐམས་ཅད་མས་བྱམས་སྦྱོང་དགོས་པའི་བྱིས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་བརྟེ་ལ་ཅི་ནས་ཀྱང་བརྟེན་དགོས་སོ།

སངས་རྒྱལ་རྣམས་ནི་འགྲོ་བའི་པ་དང་། འགྲོ་བ་རྣམས་དེའི་བྱ་ལྟར་དང་། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ནི་དྲང་སྟངས་གི་ནང་ན་དྲང་སྟངས་ཆེན་པོ་ལགས། སྦྱང་གྱི་གླིང་འདི་ཉིད་ནི་ལེ་བ་དང་ཆ་བའི་མེའི་འོབས་ཆེན་པོའི་ནང་ཚུད་པ་དང་། ཐམས་ཅད་སྤྲུག་བཟུལ་གྱིས་ཁུབ་ཀྱང་འགྲོ་བ་རྣམས་དོན་མེད་གྱི་ཆོ་འདིའི་བདེ་བ་འཛོལ་བར་བྲེལ་བས་འདི་ཉིད་ལེགས་པར་རྟོགས་པའི་སྟོ་མིག་དང་བྲལ།

མ་རིག་པའི་གླིང་འདི་མེས་ཟེན་པའི་མཁར་ལྟར་སངས་རྒྱལ་གྱིས་གཟིགས་ཏེ། དེ་ལ་པར་རྒྱུང་དུ་ཆོས་ནས་བདེན་པའི་ནགས་སུ་ཞི་བདེར་གནས། འོན་ཏེ། དེ་ལས་ཐུགས་བརྟེ་བ་ཆེན་པོའི་དབང་གིས་འདི་ལྟར་སྟེ། གྱུ་མ་སྤྲུག་བཟུལ་དང་འཕྲོ་འབྱུར་གྱིས་གང་བའི་གླིང་།

སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་དང་དེའི་ཡོན་ཏན།

འདི་ཉིད་བདག་ལ་དབང་ཞིང་། མོངས་ཤིང་ཐོན་མེད་པའི་འགྲོ་བ་དག་གི་བྱར་འབྱར་བས།
བདག་ཉིད་ལ་དེ་རྣམས་མོངས་པ་དང་མི་བདེ་བ་ལས་སྦྱོབ་པའི་རྒྱས་པ་དང་ཕྱན་གྱི། གཞན་
ལ་མིན་ནོ།

སངས་རྒྱལ་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ལགས་པས། འགྲོ་བ་རྣམས་སྦྱོབ་པའི་སྤྱད་དུ་
བྱགས་འདྲོད་བཞིན་ཆོས་སྟོན་པ་མཛད་རྒྱས་ཀྱང་འདྲོད་ཆགས་དང་གཡེང་བས་ཡོངས་སུ་
མོངས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས་དེ་དག་ལ་དོན་གཉེར་མི་བྱེད་དོ།

འོན་ཀྱང་། གང་དག་གསན་བསམ་མཛད་པ་དེ་དག་ནི་མ་རིག་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་
གྲོལ་ཞིང་། ཐོན་པས་ཀྱང་འགྲོ་བ་རྣམས་སོ་སོའི་ཤེས་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བའི་སྐྱུག་
བསྐྱལ་ཆེ་ལས་སྦྱབས་མི་རྒྱས་པས། དད་པ་དྲག་པོའི་ངང་ངའི་བསྟན་པ་ལ་གཞུག་དགོས་ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུངས་ལ་གསན་འཛོག་གིས་ལས་ལེན་དུ་འཁེལ་བར་བྱེད་
དགོས་སོ། །

ཚེས།

ལེུ་དང་པོ།

རྒྱ་འབྲས།

༡

འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི།

༡ གླིང་འདི་ནི་སྤྱག་བསལ་གྱིས་གང་བ་ཞིག་སྟེ། སྤྱེ་བ་ནི་སྤྱག་བསལ་ལོ། ཆ་བ་ནི་སྤྱག་བསལ་ལོ། ན་བ་དང་འཆི་བ་ཡང་སྤྱག་བསལ་ལོ། རང་གིས་མི་དགའ་བའི་སྤྱེ་རྒྱ་དང་འཕྲད་བ་ནི་སྤྱག་བསལ་དང་འདོད་པའི་སྤྱེས་བྱ་དང་བྲལ་བ་ཡང་སྤྱག་བསལ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཕན་རྒྱལ་མེད་པར་རང་གི་འདོད་དོན་འབྲུབ་པར་ངལ་བ་བྱེད་པ་འང་སྤྱག་བསལ་ལོ། དངོས་སུ་འདོད་པ་དང་སྟེད་པས་བཅིངས་པའི་སྤྱེ་བ་འདི་ནི་རྟག་དུ་སྤྱག་བསལ་གྱི་ནང་འཁྱུད་ཅིང་། འདི་གཉིས་ལ་སྤྱག་བསལ་བདེན་པ་ཞེས་ཟེར་རོ།

འདི་འདྲ་བའི་འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསལ་གྱི་རྒྱ་ནི། འགྲོ་བའི་རྒྱ་དུ་བྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པའི་སྟོན་སྟེང་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲུལ་བའི་འདོད་ཆགས་དག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་མཐར་གཏུགས་ཆེ་ལྷན་སྤྱེས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དྲག་པོ་དག་ལ་ཐུག་ལ། རང་ཡུལ་རྟག་པར་འཇིན་པའི་རྟག་འཇིན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་འདོད་ཆགས་འདིས་ནི་དུས་ཀྱི་འཇིག་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར། གང་འདོད་ཐམས་ཅད་ལ་སྟེང་ཞེན་སྤྱེ་བ་འདི་ཉིད་ལ་ཀྱན་འབྲུང་བདེན་པ་ཞེས་ཟེར་རོ།

གལ་ཏེ་སྤྱེས་པའི་སྟེང་ཞེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བར་ལྷུང་པའི་འདོད་ཆགས་དྲག་པོ་དེ་སྤངས་ན་སྟེང་ཞེན་ཐམས་ཅད་རྩབ་པར་འབྱུང་ཞིང་། སྤྱག་བསལ་གྱི་རྒྱ་ནང་ཆད་པར་འབྱུང་ལ། འདི་ཉིད་ལ་འགོག་པའི་བདེན་པ་ཞེས་ཟེར་རོ།

འདི་ལྟའི་འདོད་པ་དང་སྤྱག་བསལ་རྩ་བ་ནས་མེད་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཡང་ལམ་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་དགོས་ཞིང་། འཕགས་པའི་ལམ་བཟུང་པོ་འདིའི་གོ་རིམ་ཡང་འདི་ལྟ་སྟེ། ཡང་དག་

པའི་ལྷ་བ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ། ཡང་དག་པའི་ངག་ ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ།
ཡང་དག་པའི་འཛོལ་ ཡང་དག་པའི་རྩལ་བ། ཡང་དག་པའི་བྱན་པ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ཇེ་
འཛིན་སྟེ་བརྒྱད་ཡིན་ཞིང་། འདི་ཉིད་འགོག་པར་འབྲིང་པའི་ལམ་གྱི་བདེན་པའོ།

དེས་ན་སྒྲེས་བྱ་རྣམས་ཀྱི་བདེན་པ་འདི་དག་ཡིད་ལ་ལེགས་པར་བཅངས་དགོས་ཏེ།
འཁོར་བ་འདི་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་གཏམས་ཤིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་འདི་ལས་བྱལ་བར་འདོད་ན། དེ་
དག་གི་རྒྱ་ཁོར་རྒྱར་བའི་འདོད་སྟེད་ཀྱི་འཛིང་ཐག་གཙོད་དགོས་ལ། དེའི་རྩལ་ཡང་སྤྲུལ་མེད་
བྱང་རྩལ་ཉིད་ལས་ཤེས་རྒྱས་ཤིང་། བྱང་རྩལ་འདི་ནི་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པོར་རྩལ་
བཞེན་སྟོད་པ་ཁོན་ལས་ཐོབ་པར་བྱར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ།

༢ བྱང་རྩལ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་གིས་བདེན་པ་བཞི་པོ་འདི་ཉིད་རྟོགས་དགོས་ལ།
འདི་མ་ཤེས་པས་འཁོར་བའི་འབྲུལ་ལས་ནང་ཟད་མཐའ་མེད་པར་འབྲུམས་པར་འབྱར་ཞིང་།
བདེན་བཞིའི་གནས་ལྷགས་ཅི་བཞེན་ཤེས་པའི་སྒྲེས་བྱ་དག་ལ་ནི། བྱང་རྩལ་གྱི་མིག་རྟེན་པའི་
སྒྲེས་བྱ་ཞེས་ཀྱང་བཟོད་དོ།

དེས་ན་རྒྱ་བའི་བརྟན་པའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་འདོད་པ་དག་གིས་བདེན་བཞི་འདི་ཉིད་ལ་སྟོ་
གཅིག་དུ་གཏད་ནས་དེའི་གནས་ལྷགས་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྩོན་དགོས་ལ་གནས་དུས་
ཀྱང་དུ་སྒྲེས་བྱ་དམངས་དག་གིས་ཀྱང་འདི་ཉིད་རང་གིས་ཁོང་དུ་རྩལ་པར་བྱས་ནས་གཞན་ལ་
སྟོན་པར་མཛད།

བདེན་བཞིའི་གནས་ལྷགས་ཅི་བཞེན་རྟོགས་པའི་སྒྲེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་འཕགས་ལམ་
ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱིས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་རྒྱས་ལ། དེ་ལས་བྲལ་ཆེ་འཇིག་རྟེན་དང་མི་
འབྲུག་ཅིང་། རྟོག་གཙོད་དང་། མ་བྱིན་པ་ལེན་པ། ལོག་གཡེམ། ལྷན་དང་། སྤྲུལ་དང་།
ཆོག་རྩལ་སྤྲུལ་བ་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་གཞོད་སེམས་འཆང་བ་སོགས་གང་ཡང་མི་བྱེད་ལ།

རྒྱ་འབྲས།

སེམས་ཀྱི་བརྟན་ཆའང་མི་སྟོར་ཞིང་། ལུས་རྟེན་གྱི་མི་རྟག་པ་ཡང་རྟག་ཏུ་བྲན་པ་བསྐྱེད་
བཞིན་ཐོག་ཚུལ་མེན་པར་མི་སྟོན་དོ།

༣ འཕགས་ལམ་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡང་ལག་དུ་སྟོན་མེ་ཐོགས་ཏེ་སྙན་ནག་གི་ཁང་པའི་ནང་
ཉུགས་པ་དང་འདྲ་བར་སྙན་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་སེལ་ཞིང་། ཁང་མིག་དེ་ཉིད་འོད་གྱིས་གང་
བར་བྱེད་དོ།

བདེན་པ་བཞིའི་གནས་ལུགས་ཤེས་ཤིང་འཕགས་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྐྱེས་བུ་དག་
ལ་ནི་སྔོངས་པའི་སྙན་པ་སེལ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོན་མེ་དང་ལྗན་ལ། སྟོན་པས་ཀྱང་འདི་ཉིད་
འབའ་ཞིག་བསྟན་ནས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཐར་བར་འདྲེན་ལ། འདི་ཉིད་དབྱིས་ཕྱིན་པར་རྟོགས་པ་
དག་ཀྱང་སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་པར་འཕྱར་ཞིང་གཞན་དག་ཀྱང་འཁོར་བའི་རྟོག་ཟིང་འདི་
ལས་སྦྱོབ་པར་བྱེད་ལ་གཞན་གྱིས་རེ་གཏོད་འཕེར་བར་ཡང་འཕྱར་བ་མ་ཟད། བདེན་བཞི་
འདི་ཉིད་གསལ་བར་ཤེས་པས་འཁོར་བའི་འདོད་ཆགས་འབྱུང་བའི་གནས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་
པར་བྱེད་ཅིང་། བདེན་པ་བཞི་འདི་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་གྱིས་
བདེན་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་དང་གནད་དོན་མ་ལུས་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ངེས་ཤེས་
གཞན་ཡང་ཐོབ་པར་འཕྱར་ཞིང་གཞན་དག་ཡའང་དམ་ཚེས་སྟོན་རུས་པར་འཕྱར་རོ།

ཁ

རྒྱ་འབྲས།

༡ སྒྲིང་འདིར་དངོས་རྒྱས་ཡོད་དོ་ཅོག་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་རྒྱུན་མང་པོ་སྟེ་འཛོམས་པའི་
འབྲས་བུ་ཡིན་ཞིང་། མོ་སེའི་རྒྱ་རྒྱུན་འདི་དག་འཕྱར་ཞིང་འགགས་པས་འདི་དག་ཀྱང་དགག་

པར་འབྲུར། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལ་བཟུང་ཅད་ལའང་སོ་སོའི་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་སྤོང་བའི་
ཐབས་ལམ་ཡང་ཡོད་དོ།

སྤང་ཆར་འབབས་པ། རྒྱུ་སྤྱོད་པ། ལྷ་གཞིན་གྱི་ཡང་ཆོ་བཞད་པ། ལོ་མ་འཆར་ཡོང་
བྱེད་ཅིང་། རྒྱུ་གིས་གཡོ་བར་བྱེད་པ་སོགས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་དང་
འབྲེལ་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་དག་གི་སྤྱི་འགག་ཇི་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་སྤྱོད་འདི་དག་ཀྱང་སྤྱི་འགག་བྱེད་ལ།
སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལ་མཚོན་ནའང་། རང་ཉིད་ཀྱི་པ་མའི་རྒྱུ་ལས་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལ་སྤྱི་འགག་གིས་ཡང་ཆོ་
རྒྱས་པ་དང་ཉམས་སྤོང་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་རྒྱས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེས་ན་ལྷ་ལ་སོགས་
གཉིས་ཀ་རྒྱ་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་ཞིང་དེ་དག་གི་འབྲུར་འབྲུར་དང་ཡང་བཟུན་ནོ།

ཇི་ལྟར་སྤྱད་པའི་དྲ་བ་ནི་མདུད་པའི་ཕྱང་བ་ལས་བཟོས་པ་བཞིན་གྱིང་འདིའི་དངོས་
རྒྱུ་ཇི་སྤྱོད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འབྲེལ་ཡོད་རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་འདུས་པ་ལས་བྱུང་ཞིང་།
དྲ་བའི་དྲ་མིག་དེ་དག་རང་དབང་དུ་འཕམ་ལྟོས་མེད་དུ་གྱུབ་པར་འཛིན་པའི་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལ་སྤྱི་ལོ་ལྷ་
འབྲེལ་བའོ།

དེ་ཉིད་དྲ་བ་ཞེས་བརྗོད་པའང་དྲ་མིག་མང་པོའི་འདུས་ཆོགས་ཡིན་པ་དང་དྲ་མིག་རེ་
ནས་ཀྱང་དྲ་མིག་གཞན་དག་ལ་ལྟོས་ཏེ་རང་རང་གི་གོ་ས་དང་འགན་ཡོད་ལ།

༢ མེ་ཏོག་ལྷ་ལ་ཁ་བྱེ་བ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་ན་རིམ་ལ་ལྟོས་ཤིང་། ལོ་མ་རྒྱུ་གིས་སྤྱོད་པ་ལའང་
དེ་བཞིན་རྒྱ་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལྟོས་དགོས། མེ་ཏོག་དེ་དག་རྒྱ་མེད་རྒྱུ་མེད་ལས་བྱུང་བ་
མིན་པ་དང་། ལོ་མ་དག་ཀྱང་རང་གི་རང་གིས་སར་ལྟང་བ་མིན་ནོ། དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་
ལའང་རྒྱས་པ་དང་རྒྱུ་ལོ་སྤྱོད་ཡོད་ཅིང་། གང་ཡང་འབྲུར་ལྟོག་མེད་པའི་རང་དབང་
ཅན་མིན་ནོ།

དངོས་པོ་ཅི་འདྲ་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་དྲ་མས་བྱས་ཤིང་། རྒྱ་རྒྱུ་དེ་དག་ལྟོག་

རྒྱ་འབྲས།

པའི་སྤྲུལ་གྱིས་རང་ཉིད་ཐོག་པ་འདི་ནི་འཁོར་བའི་རང་བཞིན་བདེན་པ་ཐམས་ཅད་འཇིག་
ཅིང་། གང་ཡང་མི་འཇིག་པའི་གནས་མེད་དོ།

ག

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ།

༡ དེ་ལྟར་ཡིན་ན། སྤྲེལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་འགྲོད་གཏུང་དང་། ཚེ་དེ་བས་པ། ཟུག་རྩུམ་
སྤྱག་བསྐལ་དང་། སེམས་སྤྱག་དག་གི་འབྲུང་ཁངས་གང་ཡིན། ཅི་འདི་དག་འགྲོ་བའི་ཚེ་ངས་
པ་དང་རྫོམ་སེམས་ལ་བྱུག་པ་མིན་ནམ།

འོན་ཀྱང་འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་གཟུ་ལུས་ཆེན་པོས་ནོར་དང་བདེ་བ་དང་ཆེ་བསྟོད་དང་རང་
ཤེས་ཆེན་པོས་འཁོར་བར་མོས་ཤིང་། འདི་དག་ལ་ཆགས་པ་ཉིད་སྤྱག་བསྐལ་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་
པར་མི་ཤེས་ལ། ཐོག་དུ་མེད་པའི་ན་བ་དང་ཆ་བ་དང་འཆི་བའི་དངོས་པོ་དེ་དག་གི་སྟེང་དུ།
འཛམ་བུའི་གླིང་འདི་ཉིད་བཀྲ་མི་ཤེས་པའི་མཚན་མས་གཞོད་མ་ནས་གང་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་འང་
གལ་ཏེ་སྤྲེལ་བྱ་ཞིག་གིས་ཞིབ་དུ་དབྱུང་ན་སྤྱག་བསྐལ་ཀུན་གྱི་གཞི་རྩར་སྟེང་པ་དང་ཆགས་པ་
འདི་ཉིད་ཡོད་པར་མཐོང་རུས་ཤིང་། དེ་ལྟའི་འདོད་ཆགས་སྤངས་པས་སྤྲེལ་བུའི་སྤྱག་བསྐལ་
གྱི་མཚམས་ཀྱང་ཚད་ལ། མ་རིག་རྫོངས་པ་ཡང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྩལ་དུ་སྤྲེལ་བུའི་རྒྱུད་ལ་
གཏུམས་ཤིང་། རྫོངས་པ་དང་ལོག་རྟོག་དག་ཀྱང་དངོས་པོའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་གནས་སྤངས་
བདེན་པ་མ་མཐོང་བ་ལས་བྱུང་ངོ་།

མ་རིག་པ་དང་འདོད་ཆགས་དག་ལས་རྟེན་བསྐྱབ་མི་ཐུབ་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་
པའི་རྩལ་མིན་གྱི་འདོད་པ་ཆེན་པོ་སྟེ་ཞིང་། དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་རྫོངས་ཞེན་དང་
ངལ་ལྟོད་མེད་པར་རྩོལ་བ་བྱེད།

མ་རིག་དང་འདོད་པ་དེའི་དབང་ལས་སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་ལྟར་པར་འབྱེད་ཆོས་གང་ཡང་
མི་ཡན་པའི་དངོས་པོར་དམིགས་པའི་རིས་གཙོད་ཀྱི་སྒོ་འཆང་ཞིང་། རང་ཆས་སུ་གྲུབ་པའི་
ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཁུད་པར་གང་ཡང་མ་མཆིས་པར་ཡང་ལོག་རྟོག་དབང་གིས་སྤེལ་བའི་བྱ་སྤྱོད་
དག་ལ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རིས་གཙོད་བྱེད།

མི་ཤེས་པའི་སྒྲིངས་པ་དེའི་དབང་གིས་རྟག་ཏུ་ལོག་རྟོག་འཆང་ཞིང་། ལྷ་བ་རྒྱམས་ལས་
རྒྱུང་ཆས་སུ་གྱུར་ཏེ་བདག་འཇིག་གིས་ལས་མི་དགེ་བ་བགྱིས་པའི་འབྲས་བུར་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་
སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ངོ་།

རང་གི་ལས་རྒྱམས་ས་ཞིང་ཏུ་བྱས་ཤིང་། རིས་སུ་གཙོད་པའི་སྒོས་ས་བོན་དང་། མི་
ཤེས་སྒྲིངས་པའི་རྒྱ་ཡན་སྤྱོད་ཀྱི་འཇིགས། ཆགས་པའི་ཆར་གྱིས་གཤེན་པོར་བྱས། བདག་
འཇིག་གི་ཞེན་པས་བརྒྱན་པ་བཅས་ལས་མི་དགེ་བ་སྤྱོད་པར་བྱེད་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་
འབྱིན་པར་བྱེད་དོ།

༢ དེས་ན། དངོས་འབྲེལ་ཏུ་རང་གི་སེམས་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་དང་། སྤེལ་སྤྲུགས་འདོན་པ་
དང་། ཟུག་ཏུ་དང་སེམས་སྤྲུག་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་དོ།

འཇིག་རྟོག་གི་ཁམས་འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་སྤྲིབ་པ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མིན་ཞིང་དེ་ལྟར་
ནའང་སེམས་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་བྱུང་རྒྱུ་ཡང་འབྱུང་ངོ་།

༣ འཇིག་རྟོག་འདིར་ལོག་པའི་ལྷ་བ་གསུམ་ཡོད་ཅིང་། གལ་ཏེ་འདི་དག་གང་ཡང་རུང་
བ་རང་རྒྱུད་ལ་གཉེར་ཆེ་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་སྦྱར་བ་གདབ་པར་འགྱུར་ཏེ། དང་པོ་ནི། ལ་ཅིག་
གིས་སྤེལ་བའི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་བསྐྱོས་ཐང་ཡིན་པར་ཁས་འཆེས་པ་དང་། གཉིས་
པ། ལ་ཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་དཀོན་མཆོག་གིས་བྱས་པ་འཇིན་པ་དང་། གསུམ་པ་ནི། ལ་

རྒྱ་ལྟུང་།

ཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་སྟེ་དབང་གིས་བྱང་ཞིང་རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡའང་མ་ལྟོས་པར་ཁས་འཆེས་སོ།

གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་བསྐྱོས་ཐང་ཡིན་ན་བྱ་བ་བཟང་ངན་གཉིས་ག་དང་བདེ་སྤྱད་ཐམས་ཅད་ཐོན་ཚུད་གཏན་ཐག་ཆོད་ཅིང་གང་ཡང་ཐོན་ཐག་མ་ཆོད་པ་མེད་པ་ཞིག་དུ་འགྱུར་ལ། དེས་ན་སྤྱི་བུའི་ལོགས་ཆའི་གྲོས་འཆར་དང་རྩོལ་བ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ལ་རེ་བ་བཅའ་ཕྱལ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་གཞན་གཉིས་ཡའང་འདྲ་སྟེ། གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་དཀོན་མཆོག་གསུམ་སྟེ་དབང་ལ་རག་ལུས་ན་དེ་དག་གི་སྒོག་གཉན་འོག་འགོ་བ་ལ་ཕན་པའི་རེ་བ་ཅི་ཡོད། མ་ཟད་གྲུབ་མཐའ་འདི་ལྟར་འཛིན་པའི་ཡིད་ཅན་དག་གིས་ནི་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རེ་བ་དང་སྤང་དོར་རྩོལ་བཞིན་སྟོད་པར་རྩོལ་བ་དོར་བ་ནི་ངང་གིས་འབྱུང་ལ།

དངོས་འབྲེལ་དུ་འང་བཞེད་པ་འདི་གསུམ་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་སྤྱབས་ཀྱིས་བྱང་བས་རིམ་བྱང་དུ་སྤང་བས་སོ།།

ལེུ་གཉིས་པོ།

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༡

མི་རྒྱལ་པ་དང་བདག་མེད་པ།

༡ རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པ་ལས་སྦྱོར་བའི་ལུས་དང་སེམས་ཞེས་པ་སྒྲུབ་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གིས་སྦྱོར་བའི་བདག་ཡོད་པར་མི་འདྲེན་ལ། འདི་ལུས་འདི་ཡང་འབྱུང་བའི་ཚོགས་པ་ཞིག་ལ་སོང་མི་རྒྱལ་པ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་ལུས་འདི་ཉིད་བདག་ཏུ་གྲུབ་པའི་གང་ཟག་གཅིག་ཏུ་སོང་ན། དེས་ཇི་ལྟར་འདོད་ཅིང་གཏན་ལ་ཤེབས་པ་བཞིན་དུ་གང་ཡང་བསྐྱབ་དུ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ།

དཔེར་ན། ལུལ་གྱི་རྒྱལ་པོར་རང་གི་མི་མེར་ལ་བསྟོད་བསྐྱགས་སམ་ཉེས་ཆད་གཏོང་བ་སོགས་གང་འདོད་བཞིན་བྱ་བའི་མཐུ་རུས་ཡོད་ལ། འོན་ཀྱང་སྐྱགས་འདོད་མེད་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོར་རང་ཉིད་ནད་ཀྱིས་མཉམ་བ་དང་། རྣམ་པ་དང་། བཞེད་དོན་མ་གྲུབ་པ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་ལ། སེམས་ཉིད་ཀྱང་བདག་ཏུ་གྲུབ་པའི་གང་ཟག་མིན་ཞིང་། འདི་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་ཚོགས་པ་ཡིན་ལ་རྒྱལ་ཏུ་འགྱུར་འགྲོས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གལ་ཏེ་སེམས་འདི་སྦྱོར་བའི་བདག་ཡིན་ཆོ། དེས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་གང་ཡང་བསྐྱབ་བྱུང་པར་གྱུར་ཀྱང་། འོན་ཏེ་སེམས་འདི་ནི་རང་གིས་དུས་ཤིག་ན་བདེན་པར་མཐོང་བའི་ལུལ་དག་ལས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གཡོ་ཞིང་། རྒྱུན་པ་བསྐྱབ་བའི་ཚོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འང་ཡང་རྒྱགས་ལ། བདག་ཞེན་གྱིས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པར་མ་མཐོང་དོ།

༢ གལ་ཏེ་སྦྱོར་བའི་ཞིག་ལ། ལུས་འདི་རྒྱལ་གམ་མི་རྒྱལ་ཅེས་དྲིས་ན་མི་རྒྱལ་ཅེས་དབང་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

མེད་དུ་བཅོད་པར་བྱ་ལ། གལ་ཏེ་སྐྱེས་བྱའི་གཞི་ལ་མི་རྟག་པའི་ངང་རྒྱལ་འདི་བདེ་ལུག་གང་ཞེ་
ན། ལུག་ཅེས་སྤྱིར་ལན་གདབ་པར་བྱ་ལ། འོན་ཀྱང་འཕྱར་ཤོག་ལྷན་ཞིང་ལུག་བཟུལ་གྱིས་
ཡོངས་སུ་གང་བའི་མི་བརྟན་མི་རྟག་པའི་དངོས་པོ་འདི་འདྲར་སྐྱེས་བྱའི་བདག་དུ་བཞེད་པ་ནི་
ཆེས་འཁྲུལ་བ་ཡིན།

སྐྱེས་བྱའི་སེམས་ཀྱང་ལུག་བཟུལ་ཞིང་། མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་དང་གང་ཟག་གི་བདག་དུ་
གདགས་འོས་སུ་ཆ་ཤས་ཙམ་ཡང་མ་མཆིས་སོ།

དེས་ན་གང་ཟག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ལུས་སེམས་གཉིས་དང་གཡམས་གཡོན་གྱི་ཕྱི་
འཛིག་རྟེན་འདི་དག ང་དང་ང་ཡི་བར་སེམས་པའི་རྟོག་པ་ལས་རྒྱང་གིས་ཆོད་དོ།

དེ་ཡང་མ་དག་པའི་འདོད་པས་བསྐྱབས་ཤིང་ཤེས་རབ་ཀྱི་སོ་མ་འབྲེབས་པའི་སེམས་
ཉིད་ཀྱིས་རང་ཤེད་ཆེན་པོས་རྒྱུན་གཏན་དུ། ང་དང་ང་ཡིར་བ་སེམས་ལ། ལུས་དང་མཐའ་
སྐོར་གྱི་དངོས་པོ་གཉི་ཀ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆོག་པ་ལས་བྱང་བས་གཏན་དུ་འཕྱར་ཤོག་བྱེད་ཅིང་མཐའ་
ལུག་མེད་དུ་གནས་སོ།

གཏན་དུ་འཕྱར་བཅའི་ཐད་སྐྱེས་བྱའི་སེམས་འདི་ཉིད་རྒྱགས་རྒྱ་དང་། སྤྱོད་མེད་མེ་ལྷེ་
དང་འདྲ་ཞིང་། རྟག་དུ་དམིགས་པ་བཅའི་ཞིང་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་ཞེ་བར་མི་གནས་པས་སྤུ་
དང་ཡང་མཚུགས་སོ།

བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ནས་འདི་འདྲའི་ངང་རྒྱལ་ཤེས་
ཐོས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་ལ་ཞེན་ཆགས་ངེས་པར་འབྱུང་དགོས་སོ།

༣ འཛོམ་བྱ་གླིང་འདིར་སུས་ཀྱང་བསྐྱབས་དུ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ལྔ་ཡོད་དེ། དང་པོ།
ཤས་ཤིང་ཁོག་པ་རྣམས་ཆ་བ་ལས་དགག་རྒྱ། གཉིས་པ། ཅད་ཀྱིས་མཉམ་བ་རྣམས་དེ་ལས་
ཤོག་རྒྱ། གསུམ་པ། འཆི་བ་དགག་རྒྱ། བཞི་པ། འཛིག་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་འཛིག་པ་ལས་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།

ཨྲོག་རྒྱ་དང་། ལ་པ། འལ་མེད་དུ་འཇིག་པ་ཨྲོག་རྒྱ་བཅས་སོ།

སེམས་ཙན་ཡལ་པ་ཐམས་ཅད་དུས་སྒྲིག་པ་ཡང་རུང་བར་འདི་དག་གི་ཕྱགས་སུ་
རྒྱགས་ཤིང་། སྒྲུག་བཟུལ་བར་བྱར་ལ། འོན་ཀྱང་སྟོན་པའི་དམ་ཆོས་ཐོས་པ་དག་ནི་དེས་སྒྲུག་
བཟུལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་དག་ཨྲོག་དུ་མེད་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར།

སྒྲུར་ཡང་། འཇིག་རྟེན་འདིར་བདེན་པ་གཞན་བཞི་ཡོད་ལ། དང་པོ། འཁྲོ་བ་ཐམས་
ཅད་མ་རིག་པས་ཀྱན་ནས་སྦྱོང་བ་དང་། གཉིས་པ། འདོད་པའི་ལུལ་ཐམས་ཅད། མི་རྟག་
མི་བརྟན། སྒྲུག་བཟུལ་བའི་རང་བཞིན་ཙན་དང་། གསུམ་པ། ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་ཀྱང་མི་རྟག་ མི་བརྟན། སྒྲུག་བཟུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཙན་དང་། བཞི་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་
འདིར་བདག་དུ་གདགས་རུང་གི་དངོས་པོ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། བདག་གི་བར་ཡང་གདགས་
སུ་རུང་བ་མེད་པ་བཅས་བཞི་ཡིན་ལ།

ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅིང་འཇིག་ལ། བདག་མེད་གྱི་རང་བཞིན་དུ་སྟོན་པའི་བདེན་པ་
འདི་དག་སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་འདིར་བྱོན་མ་བྱོན་ལ་མི་ཨྲོས་ཤིང་ཨྲོག་དུ་འང་མེད་ལ། སྟོན་
པས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཇི་བཞིན་གཟིགས་ནས་སེམས་ཙན་ཀྱན་ལ་སྟོན་པར་མཇོང་དོ།

ཁ

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ།

༡ རྒྱན་པ་འབྲུལ་བ་དང་། བྱང་རྒྱུབ་གཉིས་ཀ་སེམས་སྟེང་ནས་འོངས་ལ་དཔེར་ན། རྒྱ་
མ་མཁན་གྱི་ཕུ་དུང་ལས་རྒྱས་སྒྲུ་ཆོགས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་སྒྲུང་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་
གྱི་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་ལ།

སེམས་གྱི་བྱེད་པ་ལ་མཐའ་མེད་ཅིང་དེ་དག་གིས་མཐོང་ཆོས་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།

བྱེད་དེ། མ་དག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་མཐའ་སྐྱར་དུ་མ་དག་པའི་དངོས་པོ་བསྐྱུན་ལ། དག་པའི་
སེམས་ཀྱིས་མཐའ་སྐྱར་དུ་དག་པའི་དངོས་ཐུས་བསྐྱུན་པས། སེམས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་དང་མཐུན་
པར་ཉེ་སྐྱར་གྱི་ཡན་ལག་དག་ལའང་མཐའ་མེད་དོ།

རིམ་མཁན་གྱིས་བྱས་པའི་རིམ་བཞིན་དུ་མཐའ་སྐྱར་གྱི་གནས་སྤངས་རྣམས་ཀྱང་
སེམས་ཀྱི་བྱེད་སྒོ་ཡིན་པ་དང་། གནས་སྤངས་གང་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བྱས་པ་དག་ནི་དྲངས་
ཤིང་ཉོན་མོངས་དང་བྲལ་ལ། སེམས་ཙན་གྱི་བྱས་པ་དག་ནི་དེ་ལྟར་མིན་ནོ།

ཇི་ལྟར་རིམ་ཞིག་གི་བཤད་པ་རྒྱལ་ཚུལ་ལའང་མཐའ་མེད་པ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བའི་སེམས་
ཀྱིས་ཀྱང་མི་ཆེད་ནང་གི་མཁོ་ཆས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་ཅིང་། སེམས་ཀྱིས་མ་བྱས་པ་གང་ཡང་
མེད་པའི་ཕྱིར།

སྐྱེ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཚུལ་ཇི་ལྟར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱས་པ་ཡང་སངས་རྒྱས་རྣམས་
ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་མཐུན་པས། ཚུལ་འདི་རྟོགས་པ་དག་ལའང་སམས་རྒྱས་དངོས་དང་མཇལ་
རྒྱས་པ་དང་ལྡན་ནོ།

༢ འོན་ཀྱང་མཐའ་སྐྱར་གྱི་དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་བྱེད་པོ་སེམས་དེའང་དྲན་པ་དང་།
འཇིགས་པ་དང་། སྒྲོ་བ་དག་ལས་གཏན་ནང་པར་གྲོལ་བ་ནི་མིན་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་མ་རིག་པ་
དང་། འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་ལས་བྱུང་ཞིང་། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བའི་འཁྲུལ་བའི་སྲིད་པ་
འདི་ཡང་མ་རིག་པ་དང་འདོད་ཆགས་ལས་ཐོག་མར་བྱུང་བ་དང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་
རྒྱུན་གྱི་རྒྱ་ཕྱོག་ཡངས་པ་དེ་ཡང་སེམས་ཀྱི་སྤྲང་ལས། གཞན་གང་དུ་འང་མེད་དོ།

སྐྱེ་འཆི་གཉིས་ཀྱང་སེམས་ལས་གྲུབ་ཤིང་སེམས་ཀྱི་སྤྲང་དུ་གནས་ལ། དེས་ན་གང་གི་ཆེ་
སྐྱེ་འཆི་ལ་འབྲེལ་བའི་སེམས་འདི་ཉིད་འགགས་པ་ན་སྐྱེ་འཆིའི་སྲིད་པ་འང་མཉམ་དུ་དགག་གོ་
སྐྱེན་ཞིང་མོངས་པའི་སྲིད་པ་ཡང་། ལྷན་པ་འཁྲུལ་བའི་རྒྱ་མཚོས་མོངས་པར་བྱེད་པའི་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

སེམས་ལས་གྲུབ་པ་དང་། རྒྱུ་པ་འབྲུལ་བ་ཡང་སེམས་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ན་མེད་པས། མྱོང་ས་ཞིང་
སྒྲེན་པའི་སེམས་འདི་ཉིད་དྲངས་ཤིང་གསལ་པོར་གྱུར་ཏེ། མ་དག་པའི་ཉེ་འཁོར་སྤངས་པ་ན་
སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་རུས་སོ།

འདིའི་སྒོ་ནས་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བའི་སྲིད་པ་དག་སེམས་ཀྱིས་བྱས་ཤིང་། སེམས་ཀྱི་འཆིང་
བ་ལ་སེམས་ཀྱིས་དབང་བྱ་བསྐྱར་བ་དང་། གནས་སྤངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོན་པོ་སེམས་ཉིད་
ཡིན་ཞིང་། སྤྱག་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བྱས་སོ།

༣ དེས་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་སེམས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་ཞིང་། སྤངས་
འཛིན་བྱེད་ལ། སེམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་འཁོར་ལོ་དེ་འདྲེན་བྱེད་གྲང་གི་རྒྱུ་
སྤྱ་འབྲང་བ་བཞིན་དུ། སྤྱག་བཟུལ་ཡང་མ་རུང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་སྤངས་པའི་ལུས་
དག་གིས་ལས་སྦྱོང་པའི་སྐྱེ་བོའི་ཕྱི་བཞིན་དུ་འབྲང་ངོ་།

འོན་ཀྱང་དག་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྤྲས་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་སྐྱེ་བོ་དེ་ལས་བདེ་བ་ཕྱི་
བཞིན་དུ་འབྲང་ངོ་། གང་དག་གིས་པ་སྦྱོང་པ་དག་ལ། དག་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱས་པ་ཡིན་
སྐྱམ་པའི་སྒོ་སྐྱེ་ལ། དེ་ལྟའི་གྲིག་ལས་ཀྱི་དྲན་པ་རུང་ཟོས་མེད་པར། སོ་གནས་ཀྱི་མཐར་སྐྱེ་བ་
ཕྱི་མ་ཞིག་དུ་དེའི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། གང་དག་ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོས་ལས་
བྱེད་པ་པ་དག་ལ་ནི། དས་དགེ་བར་སྦྱང་སྐྱམ་པའི་སྒོས་དགེ་བར་བྱེད་པ་མ་ཟད། ལས་དགེ་
བས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་རབས་བརྒྱད་མར་བདེ་བ་འབྱིན་སྐྱམ་པའི་སྒོ་དེས་རབ་དུ་དགའ་བ་བསྐྱེད་དོ།

སེམས་མ་རུང་བས། མི་བདེ་བའི་ཁྱག་ཀྱིས་གི་ལམ་དུ་རྒྱང་པ་མི་ཚུགས་ཤིང་། མཐར་
འདྲིལ་བ་དང་སྤྱག་བཟུལ་འབྱིན་ཡང་། སེམས་དག་པས། ལས་བདེ་བ་དང་བགྲོད་པའང་
བདེ་བར་བྱེད།

སྐྱེ་བོ་གང་དག་ལུས་སེམས་དག་པར་གནས་པ་དག་ནི་བདག་གཅེས་འཛིན་དང་། ཚུལ་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

མིན་ཡིད་བྱེད། འདོད་ཆགས་ཀྱི་བྱ་བ་སོགས་གཅད་དེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་དུ་བཀྱི་བའི་
ལམ་དུ་བཤོད་པ་དང་། སེམས་ཞི་བར་གནས་པ་དག་གིས་ཞི་བདེ་རྟེན་ཅིང་། བརྩོན་འགྲུས་
ཆེན་པོས་ཉིན་མཚན་དུ་རང་སེམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་བར་ཡང་རུས་སོ།

ག

དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༡ འཇིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་ཀྱན་རྒྱ་རྟེན་དུ་མ་ཆོགས་པས་བྱས་པར་བརྟེན། གཞི་རྩའི་
ཁྱད་པར་འབྱེད་ཆོས་མེད་ནའང་། མི་འདྲ་བར་སྤང་བ་དེ་ནི་སྤྱོད་པོའི་མི་འཐད་པའི་ཁྱད་པར་
བདགས་པའི་སྒོས་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཉམ་མཁར་ཤར་རུབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་། སྤྱོད་པོའི་
རྟེན་པས་དེ་ལྟར་བདགས་པ་དང་། བདགས་པ་བཞིན་དུ་བདེན་པར་འཛིན་ལ། ཅེས་ཀྱི་
གངས་གཅིག་ནས་གངས་མེད་པར་རེ་རེ་ནས་གངས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཇོགས་པ་ཡིན་ཞིང་། རང་
བཞིན་གྱི་སོ་སོར་གངས་འབོར་གྱི་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གངས་འབོར་མི་འདྲ་བ་
མཆོན་པར་བྱ་བདེའི་སྤྲད་འདི་ལྟར་ཁྱད་པར་བྱེད་དོ།

ཡོངས་ཁྲབ་ཀྱི་གྲུབ་རྒྱུ་ལམ་ལུགས་ནང་། སྤྱོད་པ་དང་འཇིག་པའི་གྲུབ་སྤངས་ཐད་རང་
གཤིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་མེད་ནའང་། སྤྱོད་པོས་ཁྱད་པར་ཕྱེ་སྤྱེ་དེ་གཉིས་ལ་སྤྱོད་འཆིའི་མིང་
གིས་སོ་སོར་འབོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྤྱིར་ལས་ལའང་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་།
རང་ཤེད་ཆེན་པོས་བྱ་བདེའི་སྤྲད་དུ་དེ་ལྟར་ཁྱད་པར་བྱེད་དོ།

སངས་རྒྱལ་ནི་ཁྱད་པར་འདི་དག་ལས་རྒྱང་ཆས་སུ་གནས་ཤིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་
འདི་ཉིད་སྒོ་བྱར་དུ་བསྐྱོད་འགྲོ་བའི་སྤྱིན་ལྟ་བུར་བལྟ་ལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་དོར་། དེས་དོན་དུ་
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མིག་འབྲུལ་ཡིན་ཞིང་། སྒོས་འཛིན་གཏོང་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་

མེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

སྤྲིང་པོ་མེད་པར་ཤེས་སོ། དེས་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་རྟོག་པའི་གཡང་ས་
སྤངས་པའོ།

༢ སྤྲེ་བོས་ནི་རང་གི་དམིགས་སྤང་དུ་ཤར་བའི་བདེ་སྤྲིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་དངོས་པོ་རྣམས་ཇེས་
སུ་བབྱང་ཞིང་། རྟོར་དང་། གཏེར་དང་། ཞོ་གནས་ཇེས་སུ་བབྱང་ལ། འུ་ཐུག་ཆེན་པོས་སྟོག་
དང་བསྟོན་སོ།

དེ་དག་གིས་ནི་ཡོད་མེད་དང་། ལེགས་ཉེས་དང་། བདེན་ཏུ་ཆུ་བྱེད་བར་རང་བཟོའི་
ཁྱད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྲེ་བ་ཡང་འཛིན་ཆགས་ཀྱི་རྒྱན་ཞིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པས། ཐུག་ཏུ་
དང་ཐུག་པམལ་གྱི་འཁྲལ་བ་དག་རང་ཐོག་དུ་ལེན་དགོས་པ་འདི་བྱང་བ་ཡིན་ནོ།

སྟོན་ལམ་རིང་པོའི་འགྲལ་པ་ཞིག་རྒྱགས་ཏུ་ཞིག་གི་འགྲམ་དུ་སྟེབས་ཏེ། འདི་ལྟར་སྟམ།
རྒྱགས་རྒྱུ་ཕྱོགས་འདི་ནི་རྒྱ་བཀོད་བྱ་རྒྱ་ཤིན་དུ་དཀའ་ཉེན་ཆེ་ཞིང་། འདི་བས་ཕྱོགས་པ་
རོལ་ཉིད་འགོ་བདེ་བྱ་བདེ་འདུག འོན་ཀྱང་། རས་པ་རོལ་དུ་ཇི་ལྟར་བཀལ་སྟམ་ནས།
སྟུག་མ་དང་། ཡལ་ག་ལས་གཟིངས་དཀྲུག་མ་ཞིག་བཟོས་ཏེ་རྒྱགས་རྒྱུ་པ་རོལ་དུ་བདེ་བར་
བཀལ། དེ་ཇེས་དེས། བཙོས་མའི་གཟིངས་འདིས་ནི་ང་རྒྱ་དེ་བཀལ་བར་པན་ཐོགས་ཆེན་པོ་
བྱང་སོང་བས། ད་ནི་དེ་ཉིད་རྒྱ་འགྲམ་དུ་གཡུག་ནས་གཞིག་རལ་དུ་འགོ་མ་བཅུག་པར། ང་
རང་གར་འགྲོར་འཁྱེར་སྟམ་དུ་མེམས། དེས་ན་མི་དེས་དགོས་མེད་ཀྱི་ཁུར་ཞིག་དང་དུ་སྤྲངས།
ཅི་སྤྲེ་བོ་འདི་མཁས་མཛངས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། སྤྲང་གཏམ་འདིས། གང་གི་ཆོད་དགོས་ངེས་
མིན་པའི་ཁུར་ཞིག་དུ་འགྱུར་ཆོད་ཐུག་པའི་དངོས་ཇེས་ཤིག་ཡིན་ཀྱང་རུང་སྤངས་དགོས་ན་མི་
ཐུག་པ་ལ་ལྟ་སྟོན་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་སྟོབ་ཅིང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་དགོས་ངེས་མིན་པའི་
བདེ་མེད་འཆལ་གཏམ་སྤང་རྒྱ་ཡང་ཁོང་རང་གི་སྤྲེ་བའི་ཁྲིམས་སུ་བྱས་སོ།

མེས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༣ དངོས་པོ་ནམས་ནི་འོངས་པའང་མིན་ལ་འགོ་བའང་མིན། ལྷང་བའང་མིན་ལ་མི་ལྷང་བའང་མིན་ཞིང་། དེས་སྤྱོད་བོ་ཞིག་ལ་དངོས་ཀྱི་དང་ལོང་མེད་ལ་བོར་བརྒྱུག་ཤོར་བའང་མེད།

དངོས་པོ་ནམས་ནི་ཡོད་མེད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་ལས་འདས་པས་ན་སངས་རྒྱུས་ནམས་ཀྱིས་དེ་དག་ལྷང་བའང་མིན་ལ་མི་ལྷང་བའང་མིན་པར་སྟོན། དེ་ནི་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་དང་མཐུན་པར་རྒྱུ་ལྷང་བས། གང་ཡང་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་ལ། དེས་ན་དེ་དག་མེད་པར་བཞིན་རིགས་ཤིང་། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པས་ཡོད་པར་ཡང་བཞིན་རིགས་སོ།

དེའི་གཟུགས་དབྱིབས་རྒྱ་མཚན་ཏུ་བྱས་ཏེ་དངོས་པོ་དེ་ལ་འཛིན་ཆགས་བྱེད་པ་ནི་མི་ཤེས་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་དེ་དག་ལ་ཆགས་འཛིན་མ་བྱས་ན། འབྲེལ་སྤོང་དེ་དག་དང་མི་ཤེས་པ་མི་འབྲུང་ཞིང་། བྱང་རྒྱལ་ནི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་བདེན་པ་འདི་ཉིད་མི་ཤེས་པའི་སྤྱི་བ་གཡོགས་ལས་བྲལ་བའི་ངང་ཇི་བཞིན་གཟིགས་པའི་མཆོད་པ་ཞིག་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་དངོས་འབྲེལ་དུ་སྒྲིལ་མ་ལྟ་བུ་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཏེར་དག་ནི་བསྐྱེད་བའི་སྤྱི་གཞི་ཡིན་པ་དང་། རི་མོའི་ནང་དངོས་འབྲེལ་གྱིས་རྒྱང་བ་བཞིན། དངོས་པོ་ལའང་རང་བཞིན་གྱི་བདེན་མས་གང་ཡང་མེད་པ་དང་། མ་ཟད། དེ་དག་དོད་ཀྱི་ན་བུན་དང་འདྲ་བོ།

༤ རྒྱ་གངས་མེད་ཀྱིས་རིམ་པར་བྱས་པའི་དངོས་པོ་ནམས་རྟག་པ་གཏན་དུ་གནས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཆོས་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞིང་། རྟག་པའི་མཐར་ལྷུང་བ་དང་། འོན་ཀྱང་དེ་དག་གཏན་དུ་མེད་པར་འབྱུར་བར་འཛིན་པའང་འབྲེལ་ཞིང་། དེ་ནི་ཆད་ལྷུང་བ་ཡིན་ལ། གཏན་དུ་སྟོད་པ་དང་གཏན་དུ་འཇིག་པའི་སྤྱི་ཆོན་དེ་དག་ནི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལ་ལྷུང་དུ་མེད་པར།

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

དྲི་མ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་པོའི་མིག་གིས་ཇི་ལྟར་རིག་པ་དང་མཐུན་པར་སྦྱར་བ་ཡིན་པ་དང་། སྐྱེ་པོའི་
འདོད་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་སྤང་ཚུལ་དེ་ལ་འབྲེལ་ཞིང་ཞེན་པར་བྱེད་ཀྱང་།
དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་ཆགས་ཞེན་དང་ཁྱད་པར་དེ་དག་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ།

དེས་ན་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་འབྲེལ་བ་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱང་བ་ཚོ་
གཏན་དུ་འབྱར་དེ། ཇི་ལྟར་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ལ་དངོག་པའི་རྟག་པ་བརྟན་པའི་ཁྱད་
ཆོས་ནི་གང་ལའང་མེད། གཏན་དུ་སྤྱང་བ་ཚོ་འབྱར་འགྲོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་
ཅད་སྒྲིག་སྒྱུ་དང་། མི་ལམ་དང་དཔེ་མཚུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་
སྤྱང་བ་ཚོ་འབྱར་བ་འདི་ལས་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་སྤྱང་བོ་ནི་འབྱར་མེད་བརྟན་པོར་གནས་ལ།
དེ་ཡང་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་རྒྱགས་རྒྱ་རྒྱགས་རྒྱར་སྤང་ཡང་ཡི་དུགས་ལ་མེད་སྤང་བས། མི་ཞིག་ལ་
རྒྱུ་སྐྱོར་གྱི་གཏམ་མཛད་ན་དོན་དང་ལྡན་ཡང་། ཡི་དུགས་ཤིག་ལ་དེ་སྐོར་གྱི་གཏམ་ནི་དོན་
ལྡན་མིན་པ་ལྟར། ཐམས་ཅད་ལའང་དེ་བཞིན་བཤད་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་རྩོན་པ་
འབྲུལ་སྤང་ཡིན་པས་གཅིག་དུ་ཡོད་པར་ཡང་བཅོད་དུ་མེད་ལ་མེད་པར་ཡང་བཅོད་དུ་མེད་
དོ།

གཞན་ཡང་། མི་སྣོད་པའི་སྐྱེ་བ་འདི་ཉིད་འབྱར་བ་མེད་པའི་བདེན་པའི་སྐྱེ་བ་དང་
མཚུངས་ཆོས་སྒྲིག་པའང་འབྲུལ་བ་ཡིན་ལ། སྤྱར་ཡང་མི་སྣོད་འབྱར་བའི་སྤང་ཚུལ་གྱི་འཇིག་
རྟེན་འདི་ལས་འོགས་སུ་རྟག་ཅིང་བརྟན་ལ་དོན་དམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་ཐ་སྤྱད་པའམ་
དོན་དམ་པའི་འཇིག་རྟེན་གང་རུང་དུ་འདོད་པའང་མི་འཐད་པ་ལགས།

འོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་ཤེས་སྒྲུན་པོའི་སྐྱེ་བོ་དག་གིས་ནི་འདི་ཉིད་དོན་དམ་གྱི་གླིང་
ཞིག་དུ་སྤང་ཞིང་འཛིན་དེ་འབྲུལ་སྤོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ངང་བྱ་བ་གར་ཡང་འཇུག་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་
འདི་ནི་རྩོན་པ་འབྲུལ་སྤང་ཞིག་དུ་སོང་སྤོ་འབྲུལ་བ་དེའི་དབང་གིས་ཐམས་ཅད་སྒྲུག་བསྐྱེལ་
དང་རྒྱག་རྒྱར་སྤྱར་ཞིང་། ལམས་མཛངས་དག་གིས་ནི་འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་བརྩུན་པ་འབྲུལ་

མེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།

སྤང་གི་ངོ་བོར་མཐོང་བས་སྒོ་འཁྲུལ་བ་དེའི་ངང་བྱ་བར་ཉུགས་པ་མེད་ཅིང་སྤྲུག་བཟུལ་གྱི་རྒྱ་
མཚོ་ལས་གྲོལ་ལོ།

ང

དབུ་མའི་ལམ།

༡ བྱང་རྒྱལ་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་སྤྱོད་པའི་སྤྱེས་བྱ་དག་སྟོན་གྱི་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྷང་བར་
གཟུབ་དགོས་ཤིང་། མཐའ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི་ལུས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་བག་མེད་ལང་དུ་
ཤོར་བའི་མཐའ་དང་། གཉིས་པ། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། ཆོ་འདི་སྒོས་བཏང་བའི་སྤྱེ་བོ་དག་ལ་
རང་བཞིན་དུ་འབྱུང་བའི་བྱ་བུ་ལ་གྱི་སྤྱད་པ་སྤྱོད་ཁུལ་གྱིས་རང་གི་ལུས་སེམས་ལ་དོན་མེད་
སྤྲུག་སྤྱོད་བྱེད་པའི་མཐའ་གཉིས་ཡིན།

སྟོན་གྱི་མཐའ་འདི་གཉིས་ལས་འདས་ཤིང་བྱང་རྒྱལ་གྱི་བདེ་བར་བཀྱི་བའི་འཕགས་
ལམ་དག་ནི་དབུ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟའི་དབུ་མའི་ལམ་གང་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ནི་འཕགས་ལམ་
ཡན་ལག་བརྒྱད་པོ་ཡིན་ནོ། དེ་ཡང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ། ཡང་
དག་པའི་ངག་ ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ། ཡང་དག་པའི་འཛོལ་བ། ཡང་དག་པའི་རྩྱལ་
བ། ཡང་དག་པའི་དྲན་པ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ཇེ་འཛིན་བཅས་སོ།

ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་བཞིན། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱེ་འགག་ནི་ཐུག་མེད་ཀྱི་རྒྱུའི་
ཕྱིང་བ་ལས་ཡིན་ཞིང་། སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱེ་བ་འདི་ཉིད་ཡང་ན་ཡོད་དམ་མེད་པར་མཐོང་
ཡང་མཁས་མཛངས་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གནས་རྒྱལ་དེ་གཉིས་ལས་འདས་པའི་གནས་སྤངས་ཤིག་
མཐོང་ལ། འདི་ཉིད་ཀྱིས་དབུ་མའི་ལམ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ།

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༢ དཔེར་ན། རྒྱལ་ས་རྒྱུ་ལྷིང་བའི་ཤིང་དུམ་བུ་གང་ཞིག་པར་དུ་ཕྱེ་མར་མ་བྱུར། མ་
བྱིང་། ཕྱི་རོལ་དུ་འང་མ་བཏོན་ཞིང་། མ་རུལ་ན། མཐར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་འོས་མེད་དུ་སླེབས་
པ་ཇི་བཞིན་དུ། སྤྱི་བའི་ཡང་རྒྱལ་ས་རྒྱུ་ཆེན་པོར་རྒྱུང་ཅིང་ལྷིང་བའི་ཤིང་དུམ་བུ་དང་
མཚུངས་སྟེ། ཅི་སྟེ་གང་ཟག་རང་ཉིད་པར་དུ། རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་ཆེས་ཆེར་མ་བློན་པ་
དང་། ཆོ་འདིའི་བདེ་བ་སྐོང་ཁུལ་གྱིས་དོན་མེད་ཀྱི་བཀོད་སྤྱོད་ལ་མ་ཞེན་པ་དང་། རང་གིས་
དགེ་སྦྱབ་ཅི་བྱས་ལ་དམིགས་པའི་ང་རྒྱལ་མ་སྦྱོས་པ་དང་། ལས་ངན་ལ་མ་ཆགས་པ་དང་།
བྱང་རྒྱུབ་འཛོལ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་མི་ཤེས་པའི་མོངས་པ་ལ་བསྐྱགས་པའི་གཅིགས་རྒྱུང་
བར་མ་བཅེས་པ་སོགས་བྱུང་ན། དེ་དག་ནི་དབུ་མའི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།
བྱང་རྒྱུབ་ཀྱི་ལམ་སྦྱབ་པའི་གནད་ཀྱང་སྦྱོན་གྱི་མཐའ་གང་གིས་ཀྱང་མ་བློན་ཅིང་། དེ་དག་གི་
རྒྱར་མ་རྒྱུད་པར་བྱ་དགོས་པ་སྟེ། རྒྱན་དུ་དབུ་མའི་ལམ་ཉིད་ལ་བསྐྱབ་དགོས་སོ།

དངོས་པོ་ཀྱང་གྱི་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་ཡིད་ལ་དྲན་བཞིན་པའི་ངང་ཐམས་ཅད།
ཡོད་པ་འང་མིན་ལ། མེད་པ་འང་མིན་པ་མཐོང་ནས་རང་རང་གི་སྦྱོམ་ཆོས་དང་ལས་བཟང་པོ་
ལ་དམིགས་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་གཅེས་པའི་སྦྱོན་གང་གིས་ཀྱང་མ་བློན་ཅིང་། མ་གཞོན་པར་བྱ་
དགོས།

གལ་ཏེ་སྤྱི་བོ་ཞིག་འདོད་པའི་བཅིངས་ཐག་ནང་བློན་པ་དེ་ལས་ཐོག་པར་འདོད་ན།
ཐོག་མ་ནས་དངོས་རྒྱུ་ལ་འཛིན་ཆགས་བྱ་མི་རིགས་པ་ཤེས་དགོས་ལ། གཞན་དུ་ན་གོམས་
སྦྱབས་གྱིས་དེ་དག་ལ་ཆགས་པར་བྱུར་ཞིང་། འོན་ཀྱང་ལེགས་ཉེས་སམ། འཐད་མི་འཐད།
ཕྱི་ནང་དང་ཡོད་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་གང་ལ་འང་འདོད་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ།

གང་ཡང་གལ་ཏེ་སྤྱི་བོ་ཞིག་དངོས་པོར་ཆགས་ན་སྐད་ཅིག་དེ་ཉིད་དུ་ལས་ཉོན་གྱི་སྤྱིང་
པ་འགོ་རྒྱགས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ན་འང་གང་དག་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལ་བརྟེན་པ་དེ་
དག་ནི་འབྱོར་སེམས་མི་འཆང་ཞིང་། རེ་བའང་མི་བྱེད་ལ། གང་དག་ཡང་འཕྲད་པ་དེ་དག་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

འདུལ་ཞིང་སྟོམས་པའི་སེམས་ཀྱིས་གདོང་ལེན་བྱེད་དོ།

༣ བྱང་ཆུབ་ལ་ནི་གཟུགས་དབྱིབས་སམ། རང་བཞིན་གང་ཞིག་ལས་གཞན་ངོར་གསལ་
བའི་གཟུགས་སམ། འོ་པོ་ངེས་པ་ཅན་གང་ཡང་མེད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱིས་སྤྲུང་ཡང་གསར་དུ་
ཤེས་པར་བྱ་བ་གང་ཡང་མེད་ལ།

བྱང་ཆུབ་ཀྱང་འབྲུལ་བ་དང་མ་རིག་པའི་དབང་ཙམ་གྱིས་གྲུབ་ལ། གལ་ཏེ་དེ་དག་མེད་
ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མེད་པར་འབྱུར་རོ། དེ་བཞིན་སྟོབ་སྟོན་གྱི་སྤྲུང་བར་བྱ་སྟེ། འབྲུལ་བ་དང་མ་
རིག་པའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་དབང་གིས་གྲུབ་ཅིང་། གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་མེད་ན་འབྲུལ་བ་དང་མ་
རིག་པ་ཡང་དགག་པར་འབྱུར་རོ།

དེས་ན་བྱང་ཆུབ་འདི་ཉིད་ཆགས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་དུ་ལྟ་བ་ལས་སྤང་དགོས་ཏེ།
གཞན་དུ་འདི་ཉིད་ཀྱང་སྤྲིབ་པ་ཞིག་དུ་འབྱུར་རོ། གང་གི་ཆོ་སྟོན་སྙན་པའི་སྒྲག་དུ་འཆུང་པའི་
སེམས་དེ་ཀྱན་མཁུན་དུ་འབྱུར་བ་ན། སྟོན་གྱི་དྲི་བཅས་སེམས་དེ་ཉིད་འགགས་ཤིང་ཞིག་ལ་དེ་
དང་ཆབས་ཅིག་བྱང་ཆུབ་དུ་འཕོད་པ་ཉིད་ཀྱང་འགགས་པར་འབྱུར་རོ།

ཇི་སྲིད་དུ་སྟེ་བོ་ནམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ལ་ཆགས་ཤིང་། དེའི་རྗེས་སུ་སྟེགས་པ་དེ་སྲིད་དུ་
དེ་དག་ལ་འབྲུལ་བ་ཡོད་པས། བྱང་ཆུབ་དུ་བགོད་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པ་དག་གིས་དེའི་རྗེས་
སུ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱས་པ་དག་གིས་དེ་ཉིད་ལ་བྱུགས་གཡང་བྱེད་
པ་སོགས་མི་རིགས་ལ། ཅི་སྟེ་ཆུལ་འདིའི་སྟོན་ནས་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཞིག་བྱུང་ན།
གནས་སྤངས་ཇི་ཡིན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་དུ་སྤང་བས། སྟེ་བོ་ནམས་ཀྱིས་གནས་སྤངས་
བཞིན་ཇི་སྲིད་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་སྲེད་དང་། ལྷ་མེད་བྱང་ཆུབ་གཉིས་གཅིག་དུ་མ་སྤང་བ་
དེ་སྲིད་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ།

མེས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

༤ ཡོངས་ཚོགས་གཅིག་གི་ཚུལ་དུ་ཤེས་རྟོགས་བྱ་ཚུལ་གྱི་བསམ་སྒྲེལ་དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་
སྤྱིང་པོའི་གཤེས་ལུགས་ལ་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཆོས་གང་ཡང་མེད་པར་ཤེས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱིང་
པ་ཉིད་ཤེས་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱིང་ཉིད་དེ་ནི་བདེན་པའི་དངོས་པོས་སྤྱིང་པ་འཕམ། མ་སྤྱེས་པ་འཕམ།
བདག་གིས་སྤྱིང་པ་འཕམ། གཉིས་སྤྱིང་ངོ་། དེ་ཡང་གང་ལའང་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་
གཟུགས་དང་རྣམ་པ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པས་གང་ཡང་སྤྱེས་པ་འཕམ་མིན་ལ་འགག་པ་འང་
མིན་ཞིང་། རིག་གཙོད་ཀྱི་ཆོག་གང་ལ་བརྟེན་ཡང་དངོས་པོའི་གཤེས་ལུགས་མཐར་ཐུག་ལ།
ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བརྗོད་དུ་མེད་ལ། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ཇས་སུ་གྲུབ་པའི་སྤྱིང་པ་ཞེས་
ཀྱང་བརྗོད་དོ།

ཇི་ལྟར་གོང་དུ་དམིགས་བཀར་བསྟན་པ་བཞིན་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ཀུན་པར་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་སྤྱེ་
འགག་བྱེད་ལ། གང་ཡང་འོགས་སུ་རྟག་པར་མི་གནས་ཤིང་། ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་དང་
འབྲེལ་བའོ།

གང་དུ་འོད་ཟེར་ཡོད་པ་དེར་སྟན་པ་དང་། གང་དུ་རིང་པོ་ཡོད་པ་དེར་བྱང་ཅུང་དང་།
གང་དུ་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཡོད་པ་དེར་ནག་པོ་བྱང་བ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་གཤེས་
ཀྱང་ལྟོས་མེད་གཅིག་ཕྱར་མེད་པས། ཐམས་ཅད་ཇས་སུ་གྲུབ་པའི་སྤྱིང་པ་འོ།

རྒྱ་མཚན་འདི་ཉིད་ཀྱིས། བྱང་རྒྱལ་ཀྱང་མ་རིག་པ་དང་མ་འབྲེལ་བར་གནས་མེད་པ་
དང་། མ་རིག་པ་འང་བྱང་རྒྱལ་ལས་རྒྱང་ཆས་སུ་འབྲེལ་མེད་གནས་སུ་མེད་ཅིང་། དེ་དག་གི་
མཐར་ཐུག་གི་རང་གཤེས་ལ་མཐུན་པ་མེད་ན། འབྲེལ་མེད་ཐ་དད་པ་གཉིས་སུ་སྤྱང་བ་ཇི་
ལྟར་གྲུབ་སྟེ་མ་གྲུབ་པོ།

༥ སྤྱི་པོ་རྣམས་གོམས་སྤྱོད་ཀྱིས་སོ་སོ་སྤྱེ་འཆི་ལ་འབྲེལ་བར་ལྟ་ཡང་དོན་དངོས་པོར་
ནི་དེ་ལྟའི་གྲུབ་དོན་གང་ཡང་མེད་ལ། དེ་ལྟའི་གྲུབ་དོན་ཀྱིས་སྤྱིང་པ་འདི་ཉིད་རྟོགས་པའི་གང་

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས།

ཟག་དག་གིས་ནི་སྒྲེ་འཆིའི་གཉིས་སྟོང་གི་བདེན་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྒྲེ་བོ་རྣམས་
ནི། ངར་འཛིན་གྱི་ཞེན་ཆེ་བས། ང་ཡི་བར་ཡང་ཞེན་ལ། འོན་ཀྱང་ཤེས་བྱར་གང་ཟག་གི་
བདག་ཅེས་པ་གང་ཡང་མ་གྲུབ་པས། ང་ཡི་བར་བཏུ་རྒྱའི་དངོས་མུས་ཀྱང་མེད་ལ། གང་གི་
ཆོ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་གནས་རྒྱལ་འདི་རྟོགས་པ་ན། གཉིས་སྟོང་གི་བདེན་པ་ཡང་རྟོགས་རུས་
པར་འགྱུར་རོ།

སྒྲེ་བོ་རྣམས་ནི་དག་པ་དང་མ་དག་པའི་དབྱེ་འབྱེད་ལ་སྤང་ཞེན་ཆེ་ཡང་། འབྲུལ་ཞིང་
མི་གསལ་བའི་སྒྲོར་གསལ་བའི་རི་མོ་ཙམ་ཞིག་ལས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལ་དེ་ལྟའི་བྱང་
པར་མེད་ཅིང་།

རྒྱལ་དེ་བཞིན་དུ། ལེགས་ཉེས་གཉིས་དབར་ཁྱད་པར་འབྱེད་ཀྱང་དོན་དུ་ལེགས་ཉེས་སོ་
སོར་འབྲེལ་མེད་དུ་མི་གནས་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་ལ་སྒྲོབ་པའི་སྒྲེ་བོས་ནི་དེ་
ལྟའི་གཉིས་སྒྲུབ་པ་ལ་འཛིན་པ་མི་སྦྱེད་པས། ལེགས་ཆ་ལ་བཤགས་ཤིང་། ཉེས་ཆ་ལ་སྤང་
པ་འཇམ། ཡང་ན་ལེགས་ཆར་སྤང་ཅིང་ཉེས་ཆར་བཟོད་འབྱོར་བྱེད་པ་སོགས་གང་ཡང་མེད་དོ།

སྒྲེ་བོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ཉེས་དང་བགལས་ལ་སྒྲགས་ཅིང་སྤབས་ལེགས་ལ་
མོས་ཀྱང་། བརྟག་ཅིང་དབྱེད་པའི་ཆོ་གནས་སྐབས་དུ་མར་དེ་གཉིས་ཕན་རྒྱུན་བརྩེ་ལེན་
ཐེབས་པ་ཡང་ཡོད་ལ། མཁས་མཛངས་རྣམས་ནི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པར་རྒྱགས་པ་དང་། ཕམ་ཆད་
ཤོར་བར་ཏུ་ཅང་སྒྲོ་ཕམ་བྱེད་པ་སོགས་མ་ཡིན་པར། སེམས་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ངང་མི་ཆོའི་
འགྱུར་ལྷོག་ལ་གཤོང་ལེན་བྱེད་པས། གཉིས་སྟོང་གི་བདེན་པ་རྟོགས་སོ།

དེས་ན་གཉིས་སྟོང་གི་འབྲེལ་བ་བརྟེན་པའི་ཆོག་ དཔེར་ན། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཞེས་
པ་དང་། ཉོན་མོངས་དང་མངོན་རྟོགས། དག་པ་དང་མ་དག་པ། ལེགས་པ་དང་ཉེས་པ་ཞེས་
སོགས་རང་གི་བསམ་པ་འདྲེན་པར་འགྲུལ་འདྲེན་སྤང་བའི་ཆོག་དག་ནི་ངེས་དོན་གྱི་བརྟེན་པ་མིན་ཞིང་།
དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལ་འང་མ་ཆགས་ཤིང་། གང་གི་ཆོ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཆོག་འདི་དག་དང་།

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

དེ་དག་གིས་འདྲེན་པའི་ཡིད་བྱེད་ལས་རྒྱང་ཆད་དུ་གནས་ན། དེའི་ཚོད་ཀྱི་སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་
དམ་གྱི་བདེན་པ་ཤེས་རྟོགས་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་ནོ།

༦ ཇི་ལྟར་བྱི་མེད་མཉེན་པའི་མེ་དོག་པད་མ་དམའ་གཤོང་གི་འདམ་རྩེབ་ལས་སྦྱེས་ཤིང་།
ས་མཐོའི་ནགས་གཙང་མ་ལས་མིན་པ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྩལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ཇ་ཇོར་
ལས་དག་ཅིང་གསལ་བའི་བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་འབྲུངས་ཤིང་། ཆོས་ལོག་པའི་ལྷ་
ངན་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤོ་འབྲལ་བ་དག་ཀྱང་སྤྲོ་མེད་བྱང་རྒྱུ་ལྱིས་བོན་དུ་རུང་ལ། ཇི་
ལྟར་རྒྱུ་འགོ་བཞེས་གིས་སྤྱི་དུག་ཐོབ་པ་ལ། བྱུར་སྤོང་གི་ཆོར་མ་དང་གཞོད་ཅན་གྱི་ཉ་ཆེན་
དག་གི་དཀའ་ཉེན་ལ་གདོང་ལེན་གྱིས་རྒྱ་མཚོའི་གདོང་མཐར་བབས་དགོས་པ་དེ་བཞིན་དུ།
སྤྲོ་མེད་རྩོགས་བྱང་གི་སྤྱི་དུག་རིན་ཆེན་ལག་དུ་སོན་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྲེད་པའི་འཇིགས་ཉེན་
ལ་འཐབ་འཛིངས་འགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཐོག་མར་གང་ཟག་དེ་ཉིད་བདག་འཛིན་དང་རང་
གཅེས་འཛིན་གྱི་བྲག་རོང་གིས་ཉེན་ཞིང་། དེ་སྤྲེགས་རྟེན་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་བྱུང་བའི་རྩེས་
སྤྱི་བྱང་རྒྱུ་ལ་དུ་བགྱོད་པའི་ལམ་ཞིག་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་སྤོ་སྦྱེ་བ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་། སྤྱང་གཏམ་ཞིག་དུ་བྱ་བྲལ་བ་ཞིག་ཐར་བར་བགྱོད་པའི་ལམ་འབྲལ་མེད་
གཅིག་བཙལ་འདོད་དུག་པོས་སྤྱི་འཛིན་པའི་ཐོག་ཞིག་ལ་འཇོགས་ཏེ་རང་ཉིད་མེད་འོབས་ཆེན་པོར་
བསྐྱར་བར་བྱས་ཤིང་། དེ་ལྟའི་དཀའ་ལྷག་ཀྱང་འདོད་འདུན་དུག་པོས་བབོད་པར་བྱས། དེ་
བཞིན་སྦྱེ་བོ་གང་ཞིག་ལམ་གྱི་དཀའ་ཆོགས་ལ་བབོད་བསྐྱར་བསྐྱར་འདོད་པ་དག་གིས་སྤྱི་གིས་
གང་བར་འཚུགས་པའི་ངར་འཛིན་གྱི་རི་པོ་དང་། ཞེ་སྤང་གི་མེ་ཆེན་ནང་དུ་འདང་དངས་བསེལ་
སྤྲོན་པའི་རྒྱུད་གིས་འཛོལ་ཞིང་། མཐར་ང་ཅག་གིས། ཆེད་དུ་སྤོལ་བའི་ངར་འཛིན་དང་།
འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲལ་བའི་སྤོ་དག་ཀྱང་སྤྲོ་མེད་རྩོགས་བྱང་ཉིད་ཡིན་པར་ངོ་སྤྲོད་དོ།

སེམས་ཙམ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས།

ལ རྟོན་པས་བརྟན་པའི་དམ་ཆོས་ཀྱིས་བདག་ཅག་གཉིས་སྤང་གིས་རིས་སུ་གཙོད་པའི་
བསམ་ཚུལ་ལས་ཐོག་སྟེ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་ལ་འགོད་ལ། དེ་དང་སྟེ་བོ་ནམས་ཀྱིས་ལེགས་
ཤིང་འཐད་པའི་དངོས་པོར་སྤང་ཞིང་འཛིན་པ་དག་སྤངས་པ་དང་། ངན་ཞིང་མི་རིགས་པའི་
དངོས་པོར་མཐོང་བ་དག་འདྲར་བ་ནི་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ།

སྟེ་བོ་ནམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤང་ཞིང་མི་བརྟན་པར་ནན་གྱིས་བརྟོད་པ་ནི་
འབྲུལ་བ་ཡིན་ལ། ཐམས་ཅད་བདེན་ཞིང་འབྱུར་མེད་བརྟན་པོར་ནན་གྱིས་བརྟོད་ཀྱང་འབྲུལ་
བ་ཡིན། ཅི་སྟེ་སྟེ་བོ་ཞིག་གིས་རང་གི་བདག་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་ནའང་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ།
དེས་སྟེ་བོ་དེ་ཉིད་མི་འདོད་པ་དང་སྐྱག་བསུལ་ལས་སྟོབ་པར་མི་བྱེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་བདག་
གདན་མེད་པར་སེམས་པ་ཡང་ཚོངས་ཤིང་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེས་ལམ་བདེན་སྒྲིམ་པར་
ཡང་དོན་མེད་པར་འབྱུར་རོ། དེ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསུལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་བཤད་
ཀྱང་འབྲུལ་ལ། ཐམས་ཅད་བདེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་བཤད་ཀྱང་འབྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། རྟོན་པ་
སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ནི་ཕྱོགས་སུ་སྤང་བའི་ལྷ་གྲུབ་ལས་འདས་པའི་དབྱ་མའི་ལྷ་གང་ཞིག་དུ་
གཉིས་སྤང་ངམ་གཉིས་གྲུབ་འགོག་ནས་གཉིས་སྤང་འཐད་པ་འདི་བརྟན་པར་མཛད་དོ།

ལེའུ་གསུམ་པོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

༡

སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ།

༡ སྤྱི་བོ་རྣམས་ནི་རིགས་མི་འདྲ་ལ། སེམས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱང་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། རེ་
འགའ་ནི་རྣམ་དཔྱད་དང་ལྡན་པ། རེས་འགའ་ནི་སྤྱུན་པོ་ཡིན། རེས་འགའ་ནི་རང་གཤིས་
བཟང་ཞིང་། རེས་འགའ་རྩུབ་ལ། རེས་འགའ་ནི་ལམ་དུ་བཀྱིས་ཞིང་། རེས་འགའ་དཀའ་ལ།
རེས་འགའ་ནི་དྲི་མེད་སེམས་དང་ལྡན་ཞིང་། རེས་འགའ་ནི་དྲི་མས་སྤགས་པའི་སེམས་དང་
ལྡན་པ་སོགས་རིགས་མི་མཐུན་ལ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་མེད་རྫོགས་བྱང་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་དོར་ཁུད་
པར་དེ་དག་གཤམ་གནད་མི་ཆེད། འཇིག་རྟེན་འདི་ཞིང་རྩི་ཤིང་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་བའི་པད་
མའི་ཁྲོན་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་། དེའི་ནང་ཚོན་མདངས་མི་མཐུན་པའི་མེ་དོག་ཀྱང་ཡོད་ལ།
འགའ་ཞིག་དཀར་པོ་དང་། འགའ་ཞིག་ཟེངས་སྐྱ་འགའ་ཞིག་སྤྲོན་པོ་དང་། འགའ་ཞིག་སེར་
པོ། དེ་བཞིན་འགའ་ཞིག་རྩྱའི་ནང་དུ་སྤྱེ་ཞིང་། འགའ་ཞིག་གི་ལོ་མ་རྩྱའི་ཕྱི་རོལ་དུ་བརྒྱངས་
པ་དང་། འགའ་ཞིག་གི་ལོ་མ་རྩྱའི་ཁར་གུམ་ལ། གཞན་ཡང་འགྲོ་བ་མིར་ཁུད་པར་འབྱེད་
བྱེད་གཞན་ཡོད་དེ། དབང་པོའི་སྒོ་ནས་ཁུད་པར་ཡོད་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་དོན་དམ་གྱི་མི་
མཐུན་ཚེས་ཤིག་མིན་ཏེ། ལམ་ལ་རྩྱལ་བཞིན་སྒྲོབས་པས་སྤྱེས་པ་མོ་དང་བཅས་པ་ཐམས་
ཅད་འཛང་རྒྱ་རུང་བའི་ཕྱིར།

སྒྲིང་པོ་ཆེར་སྒྱུང་འདར་སྒྱུད་ཤེས་པར་རང་ཉིད་ལ་ཁུད་ཚོས་ལྷ་ཆང་དགོས་ཤིང་། ལྷ་
གང་ཞེན། འཕྲོད་བསྟེན། སྒྲོག་དངས། སྤྱིང་རུས། ལས་འགན་ལ་སྒྲོག་ཀྱང་རྩེ་གཅིག་དང་།
ཤེས་རབ་བཅས་ཡིན་ལ། བདག་ཅག་གི་སྤྲོན་པས་བསྐྱན་པའི་འཕགས་ལམ་ལན་ལག་ལྔ་

སངས་ཀྱི་རིགས།

ཉམས་སུ་ཡེན་པར་ཡང་། ཡེགས་ཚས་ལྔ་པོ་དེ་དག་ཚང་དགོས་ཤིང་། ལྷ་ཚས་ལྔ་པོ་འདི་
དག་དང་ལྡན་ན་ཡ་མེད་ལྷ་པར་ཡ་མ་ལྟོས་པར་སྒྲ་མེད་རྫོགས་བྱང་མངོན་དུ་བྱ་རྒྱས། དེ་
ཡང་ཡུན་རིང་པོར་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ལ་ཐོས་སྤྱོད་སོགས་བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་ལ་བྱང་རྒྱུ་དང་ངོ་བོ་མཚུངས་པའི་རིགས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར།

༢ རྫོགས་བྱང་དུ་བགྲོད་པའི་ཡམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དུ་སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་དམིགས་པ་སངས་
རྒྱས་ལ་གཏད་ཅིང་སྒྲོས་སངས་རྒྱས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་བྱེད་ལ། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ལ་གཏད་
པའི་སྒྲོ་མིག་དེ་ཉིད་དུས་ད་བར་སྟེ་འཆིའི་འཁོར་བར་འབྱམས་པའི་སྒྲོ་མིག་དག་ཡིན་ཞིང་།
ཆོས་རྒྱུན་དག་གིས་འཆོ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་དག་ལ་འཇིངས་ཆོལ་བྱེད་པའི་ཐུན་དུ་
ཆོས་རྒྱུན་དེ་དག་གི་སྤྱོད་སྤྲུང་གི་གནས་འཆོལ་དགོས་པ་བཞིན་དུ། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྒྲོ་མིག་
ཐོངས་པའི་སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐོག་མར་དེ་དག་གི་འབྱུང་ཁུངས་བརྙེད་བྱེད་དགོས།

གང་གི་ཆེ་ཁང་པའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་སྟེ་བོ་ཞིག་གིས་མིག་འབྱེད་དེ་བཟླ་བ་ན་ཐོག་མར་
ཁང་པའི་ནང་ཆ་མཐོང་བར་འབྱུང་ཞིང་། དེ་རྗེས་གཞི་ནས་སྐར་ཁུངས་ལས་ཕྱིའི་ནང་རིས་
སྤང་བར་འབྱུང་ལ། རྒྱལ་དེ་དང་འདྲ་བར་ང་ཚོར་ནང་གི་དངོས་ཤུགས་འཇལ་བའི་མིག་ཤེས་མ་
སྟེས་གོང་དུ་ཕྱིའི་སྤང་བ་འཇལ་བའི་མིག་ཤེས་མི་སྟེའོ།

གལ་ཏེ་ལུས་ཕུང་གི་ནང་དུ་སེམས་ཞེས་པ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེས་ཐོག་མར་ལུས་
ཕུང་ནང་གི་དངོས་པོ་མཐོང་དགོས་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་སྟེ་བོ་རྣམས་ནི་སྤྱིར་ཕྱིའི་དངོས་པོར་
དབྱིངས་སྤང་ཆེ་ཞིང་། ལུས་ཕུང་ནང་གི་དངོས་པོར་ཐུགས་སྤང་རྒྱུ་དང་བར་སྤང་།

ཅི་སྟེ་སེམས་ཞེས་པ་ལུས་པོའི་ཕྱི་རོལ་དུ་ཡོད་ཆོ་དེས་ཇི་ལྟར་ལུས་ཀྱི་དགོས་གཞན་
གཞལ་བར་རུས་ཏེ་མི་རུས་ལ། འོན་ཀྱང་གནས་ཚུན་ལ་ལུས་ཀྱིས་སེམས་ལ་ཇི་འཁོར་ཆོར་
བར་བྱེད་ཅིང་། སེམས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཤེས། དེས་ན། སྟེ་བོའི་སེམས་འདི་ཉིད་ལུས་པོའི་

ཕྱི་རོལ་དུ་ཡོང་བ་བརྗོད་མི་རྒྱུ་པམ། སེམས་ཀྱི་དངོས་པོ་འདི་ཉིད་གང་དུ་གནས་ཞེས་འདྲི་འོ།

३ གློས་ཚོད་དག་ལས་འདས་པའི་དུས་སུ་མོ་ཞིག་ནས་རང་རང་གི་ལས་ཀྱིས་ཀླུ་རྩལ་
ཤིང་ཅ་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སློ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས་དེ་སྟེ་པོ་རྣམས་མ་རིག་ལུང་པའི་སྤྲུག་ཏུ་
འཁུམས་ལ། དེ་ཡང་དང་པོར། སྟེ་འཆིའི་མི་ཆོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་གཞི་ཅན་གནས་པའི་རིས་སུ་
གཙང་པའི་སྟོ་དེ་དག་བདེན་པར་དེ་ལྟའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པར་འཛིན་པ་དང་། གཉིས་
པར་རིས་སུ་གཙང་པའི་སྟོ་དེའི་ཕུགས་ཀྱབ་ཏུ་དངོས་འབྲེལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསལ་རིག་གི་རྣམ་
ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་མ་ཤེས་ལ། གང་གི་ཆོ་སྟེ་པོ་ཞིག་གིས་རང་གི་ཁྱ་ཚུལ་འཇུགས་དེ་ལག་པ་
བརྒྱུངས་པ་ན་མིག་གིས་མཐོང་ནི་སྟོས་ཁྱད་པར་བདགས་པར་བྱེད་ལ། འོན་ཀྱང་ཁྱད་པར་
འབྱེད་པའི་སྟོ་དེ་ནི་སྟོའི་རང་བཞིན་དངོས་མིན་ཞིང་། དེ་ནི་བདག་ལ་བརྟེན་པའི་ཆགས་
སོགས་ཀྱི་སྟོས་ཕྱེ་པའི་ཁྱད་པར་དག་ལ་ཞེན་ལ་དེ་ཉིད་རྒྱ་ཀླུ་རྩལ་བརྟེན་པས་བདག་དངོས་ཀྱི་
རྟོང་ཞིང་རྟག་ཏུ་འཁྲུང་རོ། དེ་ལྟར་ན་འདྲ། འགོ་བ་རྣམས་ནི་ཁྱད་པར་ལ་ཞེན་པའི་སྟོ་དེ་དག་
གང་ཟག་རང་རང་གི་གནས་ཚོད་ཀྱི་སེམས་སུ་ཡོད་ཆེས་པས་དེ་མ་དེ་དག་སྤྲུག་བསྐྱེད་
པའི་རྒྱ་ཀླུ་རྩལ་འཁྲུང་རོ།

སྒྲིམ་པ་ཞིག་གིས་རང་གི་ལག་པ་ཕྱེ་ནས་སྒྲིམ་རིག་པ་ན། གང་ཞིག་གཡོ་བཞོད་བྱེད།
 སེམས་སུ་ལག་པ། ཡང་ན། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མིན་ནམ། ཅི་ལྟ་གཡོ་འགྲུལ་བྱེད་མཁན་
 ལག་པ་ཡིན་ན། སེམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཡོ་བ། དེ་བཞིན་སེམས་གཡོ་ནའང་ལག་པ་འགྲུལ་
 བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་ནའང་འགྲུལ་བཞོད་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་བྱི་རྩྱུལ་གྱི་རྩམ་
 འགྲུར་ཙམ་ལས། དངོས་འབྲེལ་གྱི་རྩ་བའི་སེམས་ནི་མིན་ཅོ།

ཕ་བའི་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གསལ་ཞིང་དངས་བའི་སེམས་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཉིད་རྒྱུན་

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

དང་གནས་སྤངས་ལས་བྱུང་བའི་འཇིག་རྟེན་པའི་འདོད་པའི་རྩལ་དང་ཉོན་མོངས་དག་གིས་
ཀླུ་བས་ནས་ཡོད་ལ། དྲི་བཅས་ཀྱི་སེམས་དེ་ནི་སྐྱེ་བའི་རིགས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་མིན་ཞིང་། དེ་
ལྟར་གྲུབ་པར་ནང་གི་མགོན་པོ་འཇམ་བཙན་འཛུལ་བ་བཞིན་དུ་གཞན་ཞིག་གསར་སྟོན་དགོས་
སོ།

ཟླ་བ་སྤྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཀྱང་དེ་དག་གིས་མི་བསྟོད་ཅིང་། རང་གི་གསལ་དྲང་ལ་གཞོད་
སྟོན་མེད་པར་གནས་པས། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་དྲི་བཅས་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་
ཡིན་པར་འབྲུལ་ཏེ་སེམས་པར་མི་བྱ་ཞིང་། རྟག་དུ་འབྲུལ་བའི་ངང་རྩལ་ཡིད་ལ་དྲན་བཞིན་
དུ་རང་རྒྱུད་ལ་གསལ་ཞིང་འབྱར་བ་མེད་པའི་མཐར་ཐུག་གི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བརྩོན་དགོས་
ལ་མི་བརྟན་ཞིང་དྲི་མས་སྤྲུགས་པའི་སྒྲོམ་འཆིང་བ་དང་། འོག་རྟག་གིས་ཐོངས་པས་སྐྱེ་བོ་
རྣམས་ཐུན་ཀླག་གི་འཇིག་རྟེན་འདིར་འཆས་སོ།

སྐྱེ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཟིན་ཆ་དང་དྲི་མ་རྣམས་ནི་འདོད་པ་དང་། དེའི་བྱ་སྤྱོད་ལས་འབྱུང་
ཞིང་། གང་ཞིག་དངོས་པོ་གཞན་གྱིས་མ་དཀྲུགས་ཤིང་གདན་དུ་ཞི་ཞིང་དྲངས་པོར་གནས་པའི་
སེམས་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དངོས་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་མཆོག་ཡིན་ནོ།

ང་ཆོས་མགོན་པོ་མཐོང་ཡུལ་ལས་འདས་པས་གནས་ཆང་ཡང་ཡལ་བར་བཞེད་མི་རུས་
ཤིང་། འབྱར་བ་ཅན་གྱི་མི་ཆེད་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་དྲི་བཅས་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་དུ་མེད་
པར་གྱུར་བས་གནས་ཆོད་ཀྱི་བདག་ཀྱང་མེད་པར་གྱུར་བར་བཞེད་མི་རུས་ལ། རྒྱ་ཀྱོན་འབྱར་
ཐོག་དང་མཉམ་དུ་འབྱར་ཐོག་བྱེད་པ་གང་ཞིག་དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དངོས་མིན་ནོ།

༥ དེ་ཡང་ཉིན་དུས་སྤངས་བས་བྱུང་ཅིང་ཉིན་མ་རུབ་པ་ན་ཐུན་པས་གང་བའི་གསུང་
བཤད་ཁང་ཞིག་ལྷ་བྱ་མཆོན་ན། ང་ཆོས་ཉིན་མ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བསྟོད་པའི་སྤང་བ་དང་
མཆོན་དང་འགྲོགས་པའི་ཐུན་པ་གཉིས་ཡིད་ལ་བྱེད་བར་རུས་ཀྱང་། སྤང་ཆ་དང་ཐུན་པའི་ཆ་

གཉིས་ཟིག་པའི་སྒྲོ་མི་དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་མི་རུས་ལ། དེ་བཞིན་སྤང་བ་དང་སྟུན་པས་བཀའ་
པའི་སྒྲོ་སེམས་དེ་ཡང་གཞན་སྤུ་ལ་འདྲ་ཅིས་སྤྲོད་མི་ཐུབ་པར། སེམས་ཀྱི་རྩ་པའི་རང་བཞིན་
ཀྱི་དེ་པོར་སྤྲར་ལོག་པར་འགྱུར་དགོས་ཤིང་། ཉི་མ་ཤར་རུབ་ལས་སྤང་སྟུན་གྱི་འགྱུར་བ་
གཞལ་པའི་སྒྲོ་མི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཡང་མི་ཚོའི་གནས་སྡངས་འཕྱར་ཤོག་གིས་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ཏུ་ཆོང་བ་མི་འདྲ་བ་
མྱོང་བ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སློབ་ཡིན་ཞིང་། ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་བདེན་པའི་སློབ་མི་ལ།
སྤང་བ་དང་སྤུང་བ་རྟོགས་པའི་གཞི་ཚུན་སེམས་དེ་ནི་སྤེལ་བའི་རང་བཞིན་དངོས་འབྲེལ་དེའོ།

གནས་སྐབས་ཀྱི་ལྷགས་ཉེས་དང་། བརྩམས་གཞི་ཚོར་བ་དག་ནི་གཡས་གཡོན་གྱི་མི་
བརྟན་འཕྲུང་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་དག་གིས་བྱས་ཤིང་། སྤྱི་བོའི་སེམས་ཀྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱབས་པའི་
སྤྱི་བ་དག་གིས་ཀྱང་རྒྱ་བྱས་པའི་ནང་གི་རྩལ་སྤྱོད་ཀྱི་རྣམ་འཕྲུང་ཡིན་ལ། ནང་སེམས་ཀྱིས་
བསྐྱེད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་རྒྱལ་དུ་ནི།
གསལ་ཞིང་དྲང་པའི་དངོས་འབྲེལ་གྱི་སེམས་དེ་གནས་ཤིང་། རྒྱ་རང་གི་བཟོ་དབྱིབས་ངེས་
ཅན་གང་ཡང་མེད་པས། ལྷུ་པོ་འཇམ་གྱ་བཞིའི་ཕྱོད་གང་དུ་སྐྱགས་པའི་ཕྱོད་དེའི་དབྱིབས་
བཟུང་བ་ཡིན་ཀྱང་། སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱི་དེ་ལྟའི་ངང་རྩལ་ཤེས་ནའང་དྲན་པ་མི་གཟུང་བར་བརྟེན་
དུ་བརྟག་གོ།

དེ་དག་གིས་འདི་ལྟ་ས་པ་དང་། དེ་ཉེས་པར་མཐོང་བ་དང་། འདི་ཡ་མོས་པ་དང་།
 དེ་ཡ་མུང་བར་བྱེད་པ་དང་། གཤམ་ཡང་ཡོད་པ་རྣམས་མེད་པ་ལས་རྣམས་པར་འབྱེད་པར་
 བྱེད་ལ། རིས་གཅོད་ཀྱི་རྒྱ་རུ་འདིའི་ནང་འཛུད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་པ་དེའི་
 དབང་གིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཐོང་ངོ་།

གལ་ཏེ་སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་མཉམས་ཀྱིས་མི་བརྟན་སྒོ་བདག་མཉམས་ཀྱི་རིས་སྤྱུ་གཙོ་བོ་པ་འདི་དག་ལ་ཆགས་
ཞེན་སྣང་ས་ནས་སེམས་ཀྱི་ཐོག་མའི་གསལ་དུང་གི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་རང་གནས་སྤྱུ་ལོང་

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

པར་བྱས་ན། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་སྤྱིབ་པ་དང་ཐུག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་ནས་བྱལ་བ་དེ་དང་
མཉམ་དུ་འགྲོགས་པའི་སེམས་ཞི་བའི་གནས་ཆ་དེའང་མྱོང་བར་འགྱུར་རོ།

ཁ

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

༡ གོང་དུ་བཤེད་པའི་གསལ་ཞིང་དྲང་བའི་གཞི་རྒྱུ་སེམས་དེ་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་
ཏེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་བོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་། ཉི་མ་དང་སྤྱ་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ཆེ་ཤེལ་ཞིག་
བཟུང་བས་མེ་བྱང་ཡང་། དེ་ལྟའི་མེ་དེ་རྒྱ་གང་ལས་བྱང་། ཆེ་ཤེལ་དེ་ཉི་མ་ནས་སྤྱ་བ་ཆེན་
པོ་ཆོད་ཀྱང་། འོག་གི་སྤྱ་བ་འདི་སྤྱང་དུ་ཆེ་ཤེལ་དེའི་སྤྱ་བས་ཀྱིས་མེ་སྤྱང་ལ། དེ་ལྟར་ན་འང་སྤྱ་
བར་མེས་འཆིག་པའི་རང་བཞིན་མེད་ན་མེ་མི་བྱང་ངོ་།

རྒྱལ་དེ་བཞིན་དུ། གལ་ཏེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་སྟེ་བའི་སེམས་ལ་ཕོག་ན་དེའི་
རང་བཞིན་དངོས་འབྱེད་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་དེ་ཉིད་སྤྱར་སྤྱོད་བར་འགྱུར་ཞིང་། འོད་
འཛིན་དེས་སྟེ་བའི་སེམས་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། སངས་རྒྱལ་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་འང་སྟེ་
བར་བྱེད་ལ། སངས་རྒྱལ་གྱིས་ནི་སྟེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་ཤེལ་བཟུང་བས།
དེ་དག་གི་དད་དྲང་སྤྱར་གསོ་བར་བྱེད་དོ།

༢ དུས་རྒྱུན་དུ་སྟེ་བོ་ནམས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་དང་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རིགས་འདར་སྤྱང་རྒྱུད་བྱེད་ལ། དེའི་དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་གྱི་འཁྲལ་སྤྱོད་
འཆིང་བས་ཟེན་ཅིང་། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་ལ་ཞེན་པ་དང་། མཐར་འཆིང་ཞགས་ངང་
ཐུག་བསྐྱེད་མཐོང་ནས་ཡིད་འདུག་པར་བྱེད།

ཅེས་འདི་ལྟའི་གཞི་ཅའི་དང་སེམས་ལྡན་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ད་དུང་འབྲུལ་སློར་ཆགས་
 ཞེན་གྱིས་འབྲུལ་སླང་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་གང་བའི་འཁོར་བ་འདིར་འབྲུམས་པར་བྱེད།

དེ་ཡང་། སྤྲོ་མེད་དུས་ཤིག་ན་སྐྱེ་བོ་ཞིག་གིས་གདོང་ཤེལ་གྱི་ཞྭ་གྲོགས་སུ་བཟླས་པ་ན་
 རང་གི་བཞེན་རས་དང་མགོ་མ་མཐོང་བས། སེས་སློ་འཁྱབ་ཅན་དུ་གྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་བག་
 མེད་དང་གདོང་ཤེལ་གྱི་ཕྱོགས་ཨོར་བས་སེམས་སློ་ཐེབས་པར་དོན་མེད་དེ།

དེ་ནི་སྐྱེ་བོ་གང་ཞིག་གང་དུ་ལོག་བཅའ་བཀྱིས་པ་དེར་བྱང་ཆུབ་མ་རྟེན་པའི་སྤྱག་
 བསྐྱེད་མཉེན་དགོས་པར་དོན་མེད་པ་དང་མཛུངས་ཤིང་། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་རིས་སུ་གཅོད་པའི་སློ་
 རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞེན་བདེན་པ་སྒྲིབ་ཅིང་གཡོགས་པའི་འབྲུལ་སློར་ངོ་མ་འཕྲོད་
 པས་འབྲུལ་སློ་དེ་དག་གི་སྤྱང་ནས་བྱང་ཆུབ་བསྐྱེད་པར་བརྩམས་ལ། དེས་ན་བྱང་ཆུབ་མི་
 འབྱུག་པའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཉེས་པ་མིན་པར་སྐྱེ་བོ་ཁོང་རང་གི་ཉེས་པ་ཡིན་ནོ།

གལ་ཏེ་ལོག་རྟོག་གི་ཆོགས་འདི་བསལ་ན་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་གྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་འང་ངོ་
 མཛར་ཞིག་ལ། བྱང་ཆུབ་རྟེན་པ་དེའི་ཆེ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་འདི་ཡང་ལོག་རྟོག་དེ་
 དག་མེད་ན་བྱང་མི་ཐུབ་པར་རྟོགས་སོ།

༣ སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ལ་ནི་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་ཅིང་། སྐྱེ་བོ་ངན་པ་རྣམས་དཔྱུལ་བ་
 དང་ཡི་དྭགས་དང་དུད་འགོ་སྟོན་སུ་སྐྱེ་དགོས་ཀྱང་དེ་དག་གི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ནི་མི་
 སྟོར་ལ། ཇི་ཙམ་གྱིས་ནི་ཤའི་དྲི་མས་སྤྲུགས་ཤིང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདྲོད་པའི་རྩ་བས་གཡོགས་
 པར་འཕྲོམས་འཕྲོམས་པོར་གནས་ཀྱང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ལག་ཐེས་འཇོག་བྱེད་ཀྱི་རིགས་མཐུན་
 གྱི་རྒྱ་ནི་རྩ་བ་ནས་བརྒྱུག་པར་མེད་དོ།

༤ དེ་ཡང་སྤྲོ་མེད་སྤྱང་ཞིག་ལ། སྐྱེ་བོ་ཞིག་ཆང་གིས་ཚུས་ཏེ་གཉིད་སྤྱག་པོས་གཞོན་པ་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས།

ན། དེའི་གྲོགས་པོས་དེའི་འགྲམ་དུ་རྒྱུ་རིང་བཤད་དེ་ལྟ་སྤང་བྱས། འོན་ཀྱང་གང་མཚམས་
ཆེས་ཕྱོགས་སུ་འགོ་དགོས་བྱུང་ནས་འགོ་བར་བཙོམས་པ་ན་ཆང་གིས་མྱོས་པའི་གྲོགས་ཀྱི་
ཆེད་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་ཤིག་གྲོགས་ཀྱི་ཨམ་དྲག་ནང་སྤྱགས་ཏེ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད། དེ་ཆེས་
མྱོས་པའི་གྲོགས་དེ་སྤྱར་གསེས་ཏེ་ཡངས་པ་ན། རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་ཤིག་རང་གི་ཨམ་དྲག་
ནང་དུ་ཡོད་པ་མ་ཤེས་པར་དབུལ་ཞིང་ཤོངས་ལ་བཀྲེས་པའི་ངང་ཕྱོགས་འབྲམས་བྱས། ལོ་
མང་ཆེས་དེ་གཉིས་སྤྱར་འཕྲད་པ་ན། རྩ་མེད་གྲོགས་དེས་རིན་པོ་ཆེ་དེའི་སྒྲོར་ཇི་བཞིན་བཤད་
ནས། མཐར་དེ་ཉིད་ལ་བདག་བཟུང་དགོས་ལྟགས་སོགས་སྤྲིས་སོ།

དེས་ན་མྱོས་པའི་གང་ཟག་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་ཆམས་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྲས་པའི་རྩལ་དུ་ཡོད་
པའི་གསལ་ཞིང་དངས་ལ་རྣམ་པར་དག་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་
མཛེད་བཟང་པོ་མ་རིག་པར་སྤྱོད་འཛིན་སྟག་བསྐལ་ནང་དབང་མེད་དུ་འཁྱུང་ལ།

འོན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་དེ་ལྟའི་རང་བཞིན་ཡོད་པར་ཇི་ཅམ་སྒོངས་ཤིང་། ཉམས་དམས་པའི་
སེམས་ཅན་ལ་འང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆོགས་པར་སྤྱོད་བའི་རྩས་པ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་
སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་མཁྱེན་ནོ།

དེས་ན་མ་རིག་པས་བསྐྱས་ཤིང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིགས་མ་མཐོང་བའི་གང་
ཟག་དག་ལ་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་དད་པ་འདྲེན་པར་བྱེད་ཅིང་མིག་འབྲུལ་དག་ལས་བཀྱི་
བར་བྱེད་ལ། མ་ཟད་དེ་དག་ལ་སངས་རྒྱུ་དང་སེམས་ཅན་དབར་གྱི་ཁྱད་པར་དེ་དག་ཐོག་
མ་ནས་གནས་པ་མིན་ལྟགས་སོགས་བཀའ་རྩལ་ཡང་གནང་།

ལ སངས་རྒྱུ་ནི་བྱང་རྩལ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ཞིང་། སེམས་ཅན་ནི་བྱང་
རྩལ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་རྩས་པ་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ལ་བྱ་ལ། འདི་ཉིད་གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་
དབང་གྱི་ཁྱད་པར་རོ།

འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཞིག་གིས་རང་གི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱས་ཟིན་པར་རྫོམས་པ་ནི་
འཁྱལ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་བྱ་བར་རུས་ཀྱང་། ད་ཆ་བྱས་ཟིན་པ་མིན་པ་ནི་
ཕྱིར།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཀྱང་དད་པས་འབད་པར་མ་བྱས་ན་ཡོངས་སུ་མི་ཚ྆གས་ལ། དེ་
ཡང་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་ཚ྆གས་སོ།

༤ དེ་ཡང་ཐུ་མའི་དུས་ཤིག་ན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་ཡོང་བ་མང་པོ་སྤྱང་པོ་ཆེ་ཡོད་སར་
བལྟས་ཏེ། སྤྱང་པོ་ཆེ་ཇི་འདྲ་འདུག་ཅེས་དྲིས་པས། སྤྱང་པོ་ཆེ་ནི་མཆེ་བ་རེག་པ་ནི་སྤྱེ་བོས།
སྤྱང་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་ཀྱང་ལ་ཕུག་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྟ་བུ་འདུག་ཅེས་བཤེད། སྤྱང་ཆེན་གྱི་རྩ་ལྟོག་རེག་
པ་ནི་གང་ཟག་དེས་ནི་རྒྱང་གཡལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལྟ་བུ་འདུག་ཅེས་དང་། གཅིག་གིས་དེའི་སྤར་
རེག་པས་གདུན་ཤིང་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱང་ཆེན་གྱི་ཁང་པ་རེག་པ་ནི་གང་ཟག་དེས་ནི་གདུན་ཁང་
འདྲ་པོ་ཅེས་དང་། གང་གིས་དེའི་མཇུག་མ་འཇུག་པ་དེས། སྤྱང་ཆེན་ནི་ཐག་པ་དང་། འདྲ་
བར་འདུག་ཅེས་བཤེད་ཅིང་། སུས་ཀྱང་རྒྱལ་པོར་བདེན་པ་བཤེད་མ་ཐུབ་བོ།

རྒྱལ་དེ་བཞིན་དུ། སྤྱེ་བོ་རྫམས་ཀྱིས་མིའི་རང་བཞིན་རོབ་ཅམ་བཤེད་རུས་སུ་ཡོད་ཀྱང་།
སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སུ་ཐུར་བའི་སྤྱེ་བོའི་རང་བཞིན་བདེན་པ་ནི་བཤེད་མི་རུས་ལ། རང་གི་
རྒྱན་གཏན་དུ་འཛིན་ཅིང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པ་དང་། འཆི་བས་ཀྱང་གཞོད་པར་མི་རུས་
པ་ནི་སྤྱེ་བོའི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་དེ་ཉིད་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་པར་ཐབས་ལམ་གཅིག་
འབའ་ཞིག་ལ་སྟེ། དེ་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་དག་ལས་སོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

ག

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་དང་བདག་མེད་པ།

༡ སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཞེས་པ་ཚོག་གིས་བཤོད་དུ་ཡོད་ཅིང་། གཞུང་གཞན་དུ་
བཤད་པའི་བདག་དང་མཛུངས་པར་འཆད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མིན་ལ། སྤྱི་བུའི་བདག་ཡོད་པའི་
བསམ་ཚུལ་ནི་རིས་སྤུ་གཅོད་པའི་སྒྲོས་རྟོག་བཟོ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲོ་དེས་ནི་ཐོག་མར་དེ་ལྟ་བུའི་
བདག་འཛིན་གྱིས་མཐར་དེ་ལ་ཞེན་ཆགས་བྱེད་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་སྤོང་དགོས་པ་ཞིག་གོ་ དེ་
ལས་ཐོག་སྟེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་བཤོད་ཀྱི་མི་ཡངས་ཤིང་། བརྟག་ཞིག་བརྩད་གཅོད་བྱ་
འོས་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་སྟེ་བོའི་བདག་དང་འབྲེལ་བ་བདག་དང་བདག་གི་བ་གང་ཡང་མིན་
ཞིང་། བདག་ཡོད་པར་འཛིན་པ་ནི་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ། མེད་པ་ཞིག་ལ་ཡོད་པར་ཞེན་པ་དང་།
སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཡོད་པར་ངོས་མི་ཡེན་པ་འང་འབྲུལ་ཏེ། ཡོད་པ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་བ་
འདེབས་ཕྱིར།

འདི་གཏམ་རྒྱན་ཞིག་དང་དྲིལ་ནས་ཀྱང་བཤད་རྒྱས་ཏེ། མ་ཞིག་གིས་རང་གི་ནད་ཀྱིས་
མནར་བའི་ཕྱག་གུ་དེ་ལྟ་ཆེའི་སར་འཁྲིད་པ་ན། ལྟ་ཆེ་དེས་སྤྲོད་སྤྲོད་དེ་སྤྲོད་དེ་མ་འཇུག་པར་
ཕྱག་གུར་ལྟ་སོམ་མི་བྱ་ཞེས་མ་དེར་གདམས།

དེས་ན་ཕྱག་གུ་རང་ཉིད་ངང་གིས་ལྟ་སོམ་ལས་ཐོག་པའི་ཆེད་དུ་མས་རང་གི་རྩ་རྩེར་འོ་
བརྩེ་ལག་ཏིག་གིས་བྱགས། སྤྲོད་དེ་དག་ཤོགས་པར་འཇུག་པའི་དུས་ཚོད་གང་འཚམས་བྱུང་
ཆེས་མས་རང་གི་རྩ་མ་འབྲུས་ཏེ་གཞི་ནས་ཕྱག་གུར་ལྟ་སོམ་པར་བརྟག་ ཐབས་ཤེས་འདི་
ཉིད་ལས་རང་གི་ཕྱག་གུ་སྦྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བརྩེ་བས་དྲུང་དུ་སྤངས་པ་ཞིག་ལགས།

གོང་གི་གཏམ་རྒྱན་ནང་གི་མ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱལ་གྱིས་སྟེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་འབྲུལ་བ་དང་
བདག་གི་སྟེ་བོར་ཞེན་པ་སོགས་བསལ་བའི་ཆེད་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པར་གསུངས་ལ།

གང་གི་ཆོ་འདོད་ཆགས་དང་འབྲུལ་སྒོ་སོགས་སྤངས་པ་ན་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་རང་
བཞིན་བདེན་པ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་བདེན་པ་བཤོད་པར་བྱེད།

གང་ཟག་གི་བདག་ལ་ཆགས་པས། སྐྱེ་བོ་རྣམས་འབྲུལ་སྤང་དུ་ལྷུང་བར་བྱེད་ཅིང་།
སོ་སོའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལ་དད་པས་བྱང་ཆུབ་དུ་བཀྱི་བར་བྱེད།

འདི་ནི་གང་མ་སྤྲང་ཞིག་གི་ནང་གི་བྱང་མེད་གང་ཞིག་ལ་ཡ་གཞིས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྲོམ་ཆེན་
པོ་ཞིག་སྟོན་པའི་བྱང་མེད་དང་འདྲ་སྟེ། ཇི་སྟོན་དུ་སྐྱེ་བོ་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྲུལ་དེ་བྱེད་པས་དེའི་
ནང་གི་གསེར་མ་བཏོན་པ་དེ་སྟོན་དུ་བྱང་མེད་དེ་སྤྲུལ་དེ་དང་ཡན་ཀའང་ཟ་བཅའ་དབུལ་བའི་
སྤང་ཆུལ་དུ་གནས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་སྒོ་གྲོས་བྱེ་སྟེ་སངས་རྒྱལ་
གྱི་རིགས་ཀྱི་དྲང་གསལ་སྟོན་པར་བྱེད།

༢ དེ་ཡང་། ཅི་སྟེ་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ཉིད་དང་ཡན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་
གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བསྐྱེད་པ་ནས་ཤུག་ཆུན་གསོད་ཅེས་བྱེད་པའི་བར་གྱི་ཐུག་བསྐྱེད་སྟེ་
ཆོགས་འབྱུང་། ཅིའི་ཕྱིར་གོ་ས་མཐོང་མན་དཔལ་འབྱོར་ཡན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་འདི་
འབྱུང་སྟམ་ན། དེ་ནི་སྤྲང་གང་མ་ཞིག་དུ། ཤེད་ཅུལ་ཅེད་མཁན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལ་ནི་
རྒྱན་ཆའི་ཆུལ་དུ་རང་གི་དཔལ་བར་རྩོལ་ཆེན་ཞིག་བཏགས་པའི་གོམས་གཤིས་ཡོད་པ་
བཞིན། ཉིན་གཅིག་ཤེད་ཅུལ་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་སུ་རྩོལ་ཆེན་དེ་ཆགས་ཏེ་དཔལ་བའི་གཤི་
ནང་དུ་འཇུག་ཀྱང་དེ་རིན་ཆེན་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པས་མེད་པར་བསམས་ནས་ཨེམ་ཇིའི་སར་སྤྲུལ་
བཅོས་ཆེད་ཕྱིན་པ་ན། ཨེམ་ཇི་དེས་རིན་ཆེན་དེ་ཉིད་ཁྱག་དང་རྩལ་གྱིས་སྤྲུལ་ཏེ་ཡོད་པར་
མཐོང་བས། མེ་ལོང་ཞིག་བསྐྱེད་ཏེ་ཤེད་མཁན་དེར་བསྐྱེད་ཏོ།

དེ་ལ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་གང་མ་སྤྲུལ་དེའི་ནང་གི་རིན་པོ་ཆེའི་རྩོ་
དེ་དང་འདྲ་ཞིང་། རིགས་དེ་ཉིད་ཡིད་བྱེད་གཞན་རྩལ་རྟོག་གིས་ཀླུ་བས་པས། སྐྱེ་བོ་རྣམས་

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས།

ཀྲིས་དཀྱི་དེ་ཉིད་བརྒྱལ་པར་གྱུར་བར་སེམས་ཀྱང་། སྤྲུང་ཡང་ཕྱིས་སྤྲུང་མ་དམ་པ་དག་གིས་
སྟོན་པར་བྱེད་དོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་སྤྱོད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཁྱེན་ཞིང་། རིགས་དེ་ནི་དུག་
གསུམ་གྱིས་ཇི་ཅམ་དུ་གཤམ་གསཤིང་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ངན་པ་དང་རྣམ་སྤྱོན་གྱིས་ཇི་ཅམ་དུ་
བསྐྱབས་པར་ཡང་མ་ལྟོས་པར་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱེན་པས། རྣམ་ཡང་བརྒྱལ་སྟོར་མི་འགོ་ལ།
དུས་གང་ཞིག་ན་ལས་ཉོན་གྱི་སྤྱིབ་པ་ཟད་པ་དེའི་ཆེ་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་འབྱུང་ཞིང་། ཇི་ལྟར་
གོང་གི་སྤྱང་ཞིག་གི་ཤེད་ཅལ་མཁན་ལས་མེ་ལོང་གི་བརྒྱད་ནས་རང་གི་ཤ་ཁྲག་ལ་འཕུམས་
པའི་རིན་ཆེན་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་འོད་ཀྱི་རྒྱད་ཆགས་ཉོན་
གྱིས་གཤམ་གསཤིང་སྤྱོད་པོ་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་སྟོན་པར་བྱེད་ལ།

༣ མ་ཟད་རྒྱུན་དང་གནས་སྤངས་འདྲ་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་རྟག་
དུ་དྲུང་ཞིང་གསལ་བ་ཞི་བའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་བའི་ཕྱི་པགས་ཀྱི་ཁ་དོག་
དཀར་ནག་དམར་གསུམ་གང་ཡིན་རུང་འོ་མ་ནི་རྟག་དུ་དཀར་པོ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པོ་
རྣམས་ཀྱི་ལས་ལ་སྤྱོད་ཆོགས་པས། རང་གི་སྤྱོད་བར་འཕྲོ་བསྐྱར་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་དང་འབྲས་བུ་ཇི་
འདྲ་ཞིག་དེ་དག་གི་རྗེས་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱང་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་རྟག་དུ་ཞི་ཞིང་
དག་པར་གནས་པ་ལས་དེ་དག་གིས་ཡན་རྒྱས་མི་འབྲེལ་ལ།

གཞན་ཡང་རྒྱ་གར་གྱི་གདམ་རྒྱུན་ཞིག་ལ། ཏི་མ་ལ་ཡའི་སྤང་རྩ་རིང་པའི་སྤྱལ་དུ་
གསང་རྒྱ་ཅན་གྱི་སྤྱོན་རྩ་རིགས་ཤིག་ཡོད་ཀྱང་། དུས་ཡུན་རིང་པོར་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཅའ་
ཀྱང་མ་རྟེན་ལ། འོན་ཀྱང་མཐའ་མར་སྤྱེས་བུ་དམ་པ་ཞིག་གིས་དྲི་མ་བསྐྱམས་ཏེ་བརྟེན་སོན་
གྱིས་དམ་པ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་པོ་རིང་ཆུ་ཐོམ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཉར་བསགས་བྱས། དེ་ནས་མི་རིང་
བར་སྤྱེས་བུ་དམ་པ་དེ་ཉིད་འདས་རྗེས་རྩ་ཆེའི་ལྷ་རྩལ་དེས་རྒྱང་རིང་བའི་རི་སྤྱོད་པོ་གྱི་རྒྱུ་རྗེས་

ནང་སྤར་ཡང་བདག་མེད་དུ་ལྟས་ལ། མ་ཟད་རྒྱ་བོམ་དེའི་རྒྱ་ཡང་སྤར་རོ་སྤྱག་པ་ལྟན་ཡང་།
ད་ཆ་སྤར་བར་ལྷུར་ཏེ། དེ་ཉིད་ལ་སྤྱོད་པ་དག་ལ་ཕན་རྒྱུའི་ཆ་བ་དུ་གཞིད་སྟོན་བྱས།

རྒྱལ་དེ་བཞིན་དུ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་མོངས་
ཀྱིས་བསྐྱབས་ཤིང་གཡོགས་པས། དེས་བབྱང་གིས་རྟེད་པར་དཀའ་ཡང་། སངས་རྒྱལ་གྱིས་
དེས་བབྱང་མཇོད་དེ་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་བསྐྱན་པ་དང་། གདུལ་བྱ་རང་རང་གི་དབང་རུས་
ཁམས་མི་འདྲ་བས་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོར་མི་མཐུན་པ་བྱུང་ངོ་།

༤ བྱེ་མ་དང་ས་རྩོ་སོགས་ཕྱེ་མར་འཐག་པར་རུས་ཀྱང་། དངོས་པོའི་ནང་གིས་
མཁེགས་ཆེ་བར་གྲགས་པའི་རྩོ་རྩེ་པ་ལམ་ནི་འཐག་པར་མི་རུས་ཤིང་ཉམས་སྒྲིམ་པར་མི་རུས་
ལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཀྱང་རྩོ་རྩེ་པ་ལམ་དང་འདྲ་བ་དང་སྟོར་བ་སོགས་མེད་དོ།

སྤྱེ་བོའི་ལྟས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གཉིས་ཀ་ཟད་དུ་ཡོད་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་གྱི་རང་བཞིན་
ནི་བཞིག་བརྟོག་བྱེད་མི་རུས་སོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ནི་གདུལ་བྱ་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་བཟང་ཤོས་ཞིག་ཡིན་ལ།
སངས་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ཕོ་མོ་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་ཇི་ཙམ་དུ་
ཡོད་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལ་མི་འདྲ་བ་མེད་ཅེས་གསུངས།

དེ་ཡང་། དངས་ཤིང་གསལ་བའི་གསེར་བཙོ་མ་ལྟ་བུའང་གཏེར་རྩོ་བཞུས་ཤིང་། དྲི་མ་
ཐམས་ཅད་བསལ་བས་བྱུང་བ་བཞིན་དུ། སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་སེམས་ཀྱི་གཏེར་རྩོ་
འདི་ཉིད་བཞུས་ཏེ། ཉོན་མོངས་དང་བདག་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་བསལ་ན། ཐམས་ཅད་
འོད་གསལ་བའི་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་འདི་ཉིད་ཕྱིར་མཛོན་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ།

ལེའུ་བཞི་པ།

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་གྱི་སྒྲིབ་པ།

༡

སྒྲེ་བོའི་རང་བཞིན།

༡ སངས་རྒྱུས་གྱི་རིགས་གྱི་དྲང་གསལ་གྱི་རང་བཞིན་སྒྲིབ་ཅིང་གཡོགས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་སྲེད་ནི་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་ནི་རྟོག་དཔྱད་དང་བཤོ་གླིང་ལ་སྲེད་པ་སྟེ། གང་ཞིག་ལས་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་ཐག་གཅོད་ཐད་མགོ་རྟོག་ཡོང་བ་དང་། གཉིས་པ་ནི་ནང་སེམས་ཚོར་སྤྱོད་ལ་སྲེད་པ་སྟེ། གང་ཞིག་ལས་སྒྲེ་བའི་ཆ་མཐོང་ཉམས་འཁྲུགས་འཁྱར་བའོ།

རིག་དཔྱད་གྱི་འཁྲུལ་བ་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་འཁྲུལ་བ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེ་བོའི་རྟེན་སྒྲིབ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། དངོས་འབྲེལ་དུ་དེ་དག་གི་གཞི་རྩར་ཐོག་མའི་རྟེན་ངན་གཉིས་ཡོད་ལ། དེ་ནི་མ་རིག་པ་དང་འདོད་སྲེད་གཉིས་སོ།

རིག་དཔྱད་གྱི་འཁྲུལ་བ་ནི་མ་རིག་པར་བརྟེན་ཅིང་། ལག་ལེན་དུ་འཁྲུལ་བ་ནི་འདོད་སྲེད་ལ་བརྟེན་པས། རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་དོན་དུ་ངོ་ཐོག་ཅིག་པའི་རྒྱུ་ཚོགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་བསྐྱུ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ངང་ཚུལ་བརྟན་པའི་ངང་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་བསམ་མི་ཤེས་ཤིང་། སྒྲེ་གནས་ལ་སྲེད་པས་ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་དང་འཇིན་པ་དང་། འཆང་བ་སོགས་ངང་ངས་གྲུགས་ཀྱིས་རྟེན་སྒྲིབ་བྱེད་ཅིང་། མཐོང་ཚོས་སྤྱོད་པའི་སྒྲིབ་པའི་དངོས་པོར་དམིགས་ཏེ། སྒྲེ་བོ་རྣམས་མོངས་སྤྱོད་དུ་བསྐྱུལ་ལ། སྒྲེ་བོ་འགས་རང་སྤྱོད་ལ་འང་ལྟོས་མེད་འདོད་ཆགས་དུང་དུ་ལེན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྩའི་འབྱུང་ཁུངས་འདི་དག་ལས་འདོད་ཆགས་དང་། ཁང་ཁྱོ། རྒྱུག་པ། མི་ཤེས་པ། ཞེ་འཁོན། སྤྱག་དོག་གཡོ་སྤྱ། ང་རྒྱལ། ལྷན་གསོད། ཆང་རག་ལང་།

ཤོད། རང་འདོད་ཆེན་པོ་སོགས་འབྱུང་ཞིང་འཕེལ་བར་བྱེད།

༢ དེ་ལ། འདོད་པ་ནི། རང་འདོད་གྱིས་གྲུབ་པའི་ལྷ་བའོག་པ་དག་ལས་དང་། ཁོང་ཁོ་
བ་ནི་རང་གི་ལས་འགན་དང་གཡས་གཡོན་གྱི་དངོས་པོའི་ཐད་གྱི་བསམ་ཚུལ་འོག་པ་དག་
ལས་དང་། མྱོང་ས་སྤྱོད་ནི་སྤྱོད་ཚུལ་ལོགས་པ་གང་ཡིན་ཇི་བཞིན་དཔྱད་མ་ཐུབ་པ་ལས་བྱུང་
ཞིང་། འདི་གསུམ་པོར་འཇིག་རྟེན་གྱི་མེ་ཆེན་གསུམ་དུ་གྲགས་ལ། འདོད་ཆགས་གྱི་མེས་ནི་སྤྱོད་
པོ་གང་ཞིག་འདོད་ཆགས་གྱི་དབང་གིས་རང་སེམས་གཉུག་མ་བརྒྱལ་ཅིང་བསྐྱེད་པ་ལ། དེ་
བཞིན་ཁོ་བའི་མེས་ཁོ་བའི་དབང་གིས་དང་མྱོང་ས་སྤྱོད་ནི་མེས་གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་གྱི་གསུང་
རབ་ལ་ཐོས་སྤྱོད་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་དབང་གིས་རང་སེམས་གཉུག་མ་བརྒྱལ་པ་དག་
བསྐྱེད་པར་བྱེད།

དངོས་འབྲེལ་དུ་འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་མེའི་རིགས་སྣ་ཆོགས་གྱིས་འཆོགས་བཞིན་པ་ཡིན་
ཏེ། འདོད་ཆགས་གྱི་མེ་དང་། ཞེ་ཐུང་གི་མེ་དང་། མྱོང་ས་སྤྱོད་ནི་མེ་དང་། བདག་འཇིན་
དང་མྱོང་ས་ཆགས་གྱི་མེ་དང་ན་དང་ཁྱིའི་མེ་དང་། བདེ་མིན་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཟུག་རྩའི་
མེ་དག་གིས་འཆོགས་པའི་ཕྱིར། མེ་འདི་དག་ཀྱང་དུ་ཁྲབ་ཅིང་། འདི་དག་གིས་བདག་ཉིད་
བསྐྱེད་པ་མ་ཟད། གཞན་ཡང་གཏུང་ས་ཤིང་། རྫོགས་མེ་དགོ་བར་འཁྲིད་པར་བྱེད་ཅིང་།
མེས་གཏུང་ས་པ་འདི་དག་གི་མ་རྗེས་ལས་འཐོན་པའི་ཁག་སྤྱག་གིས་ཉེ་འགམ་གྱི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་
ལ་འད་སྤྱག་བསྐྱེད་འགོ་བར་བྱེད་དེ་ལམ་ངན་པར་བཀྲི་བར་ཡང་བྱེད།

༣ འདོད་པ་ནི་རང་འདོད་རྫོགས་ལ་ཉེ་བའི་གནས་སྐབས་སུ་འབྱུང་། ཁོང་ཁོ་ནི་རང་
འདོད་མ་རྫོགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འབྱུང་། མྱོང་ས་སྤྱོད་ནི་སྤྱོད་ཅན་གྱི་བསམ་འཆར་ལས་
འབྱུང་ལ། འདོད་པའི་སྤྱོད་ནི་རང་བཞིན་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་མིན་ཡང་སྤོང་བར་དགའ། ཁོང་

མེས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

ཁོའི་སྦྱོན་ནི་རང་བཞིན་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཡང་སྤང་བར་སྒྲ། འོན་ཀྱང་མོངས་སྤྱོད་ཀྱི་སྦྱོན་ནི་
རང་བཞིན་ཉེས་པ་ཡང་ཆེ་ལ་སྤང་པར་ཡང་ཆེས་དཀའོ།

དེས་ན། སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ཐབས་ཇི་ཡོད་བཅད་གཅོད་དང་། མི་ཆེད་
གནས་སྤངས་ངན་འཚུབ་ཅན་གྱི་ངོར་རང་སྒྲོ་ལེགས་སྤང་དང་། གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་
བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྒྱུ་གསུངས་པ་རྣམས་ཡང་ཡང་དུན་པར་བྱས་ནས་མ་རུང་བའི་མེ་འདི་དག་
ཡུལ་དུས་གང་དུའང་འབྱུང་མ་ཐག་དུ་ཞི་བར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཅི་སྤྱེ་རང་རྒྱུད་གཞན་ཡན་
གྱི་བསམ་པ་སོགས་དྲི་མེད་དག་པའི་བསམ་པས་གདམས་པ་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ངན་བསམ་དག་
གི་རྩ་བ་ཚུགས་མི་ཐུབ་པོ།

༤ འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་དང་། མོངས་སྤྱོད་དག་ནི་ཆ་ནད་དང་འདྲ་སྟེ། ཆ་ནད་
ཀྱིས་ཟེན་པ་གང་སུ་ཡང་རུང་། མྱོད་ཤག་སྒྲོ་བའི་ནད་དུ་བཟོད་ཀྱང་ནད་ཀྱིས་མཉམ་ཞིང་།
གཉིས་དཀྱུག་པས་ཀྱན་དུ་གདུངས་པར་བྱེད་ཅིང་། ཆ་ནད་འདི་འདྲ་མ་ཟེན་པ་དག་ལ་ནི་
དཀྱུན་དུས་ཀྱི་གང་བའི་མཆན་མེད་ནད་དུ་འཇུག་གིང་ལོའི་ཁེབས་སྤྱབ་པོས་འགེབས་པའི་སའི་
གཏིང་ངམ། ཡང་ན། སྐར་ཁུང་དང་སྒོ་འཕར་སོགས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པའི་དབྱར་དུས་ཀྱི་
ཆ་བའི་མཆན་མེད་ནད་དུ་ཉལ་དགོས་འབྱུང་ནའང་དཀའ་ཆོག་མེད་པར་ཞི་ཉེད་ངང་ཉལ་
ཐུབ་པོ།

དེས་ན། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་དང་། མོངས་སྤྱོད་གསུམ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་མི་
འདོད་པའི་རྒྱུད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ཞིང་། འབྱུང་གནས་འདི་དག་ལས་གྲོལ་
བའི་ཆེད་དུ་སྦྱོན་པས། གདམས་པའི་འདུལ་ཁྲིམས་དག་ལ་བདག་སྤང་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་
དང་ཤེས་རབ་ཀྱང་བསྒྲུལ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྤངས་པས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྦྱོན་
གསལ་ལ། ཉིང་འཇིན་བསྒྲུལ་པས་ཁོ་བའི་སྦྱོན་བསལ་ཞིང་། ཤེས་རབ་བསྒྲུལ་པས་

མོངས་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲིབ་པས་ལ་ལོ།

ལ སྤྱི་པོའི་འདོད་པ་ལ་ནི་མཐའ་མེད་ལ། དེ་ནི་བ་ཆའི་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་པོའི་སྒྲིབ་པ་
དང་འདྲ་སྟེ། ཉན་ཏུ་འང་ངོམས་ཆོམས་མེད་པར་སྒྲིབ་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ།

དེ་ནི་རང་གི་འདོད་པ་སྒོང་བར་མོས་པའི་སྤྱི་པོ་ལ་འང་དེ་བཞིན་ཏེ། ཉིན་རེ་བཞིན་མ་
ཆོགས་པས་སྤྱག་བཤལ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་རང་འདོད་སྒོང་བས་ནི་ཆོགས་པར་མི་བྱེད་ཅིང་། རྟག་ཏུ་དེས་ཐོག་ཏུ་མེད་པའི་
སྒྲོ་མི་བདེ་བ་དང་བག་མེད་སོགས་འབྲེན་ལ། ཅི་ཕྱི་འདོད་སྒོང་གི་རྩོལ་བ་ལས་ཐོག་དགོས་ཆོ།
གང་ཟག་དེ་ཉིད་རིག་འཛོམ་ཟེན་པ་མང་ངོ་།

རང་གི་འདོད་པ་རྒྱུགས་པའི་ཆེད་ཏུ་སྤྱི་པོ་རྣམས་ཡན་རྒྱུན་འབྲུགས་ཤིང་གཡུལ་བཀྲེ་ལ།
དེ་ཡང་རྒྱལ་པོ་ནང་ཡན་རྒྱུན་དང་། སྒྲོན་པོ་ནང་ཡན་རྒྱུན། སྤྱག་གུ་དང་པ་མ་ནང་རྒྱུན།
སྤྱན་མཆེད་ནང་རྒྱུན། གོགས་པོ་མཆེད་གོགས་ནང་ཆག་འབྲུགས་ཤིང་གཡུལ་བཀྲེ་བ་དང་།
ཐ་ན་རང་རང་གི་འདོད་པ་རྒྱུགས་པའི་ཆེད་ཏུ་ཡན་རྒྱུན་གསོད་རེས་ཀྱང་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ།

གཞན་ལང་། སྤྱི་པོ་རྣམས་རང་གི་འདོད་པ་རྒྱུགས་སྤྱད་ཏུ་འབད་པའི་ཉེར་ལེན་ཏུ་རང་
ཉིད་རྒྱུད་པ་མང་ལ། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་གཞན་ཇེས་རྒྱ་བ་དང་། བསྐྱུ་བ་དང་། བཅོན་གཡེམས་
སོགས་སྤྱག་ལུག་པ་དང་། དེ་ནས་དོ་དམ་གྱིས་ཉེས་ཆད་སོགས་མྱོང་བར་འགྱུར་རོ།

མ་ཟད། འདོད་པ་ནི་དུག་ལྷ་བྱ་སྟེ། དེའི་དབང་གིས་སྤྱག་བཤལ་གྱི་འབྲུང་གནས་སྤྱ་
ཤེས་བཞིན་ཏུ་སྤྱི་པོ་རྣམས་རང་གི་སྒོ་གསུམ་ལ་གདུངས་ཤིང་བརྒྱས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལས་
འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྱག་བཤལ་དང་། དེའི་ནང་རྒྱུད་པའི་གདུང་བ་སོགས་འབྲུང་ངོ་།

༦ འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་སྤྱོད་ལས། ཆགས་པའི་འདོད་ཆགས་ཆེས་ཉེས་པར་སྤང་སྟེ།

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

ཉོན་མོངས་གཞན་ཐམས་ཅད་དེའི་རྒྱུན་རྒྱུ་ལྟར་བར་བྱེད།

ཆགས་པའི་འདོད་ཆགས་འདིས་ནི་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་བསྐྱེད་པའི་ས་གནི་ལྟ་བུར་བྱེད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དུབས་ཀྱིས་ཟ་བའི་གདོན་འདྲེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། མེདོག་ལུས་རྩལ་བའི་བཙན་སྤྱོད་དེ། མངོས་སྤྱག་གི་རྒྱུ་ལྟར་སྤྱོད་པ་དག་ལ་དུག་གིས་གཞོད་པར་བྱེད། འདོད་ཆགས་ནི་སྤོང་པོ་དག་ལ་འཁྲིལ་ཞིང་ཁྲབ་པའི་རྒྱུན་གྱིང་དང་འདྲ་ཞིང་། སྤོང་པོ་མ་བཙད་ཀྱི་བར་དུ་འཁྲིལ་བར་བྱེད། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་སྤྱོད་པའི་བསམ་པའི་ནང་དུ་རང་གི་སྤྱག་ལག་སྤོང་ཞིང་། བསམ་སྤོང་ལེགས་ཆ་རྣམས་བདོན་དེ་བསམ་པ་མ་ཞི་བར་བྱེད་ལ། འདོད་ཆགས་ནི་བདུད་རིགས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་རྟི་དང་ལྷགས་དུ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཟེན་དེ། ངན་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཏིང་མཐར་ལྷང་བར་བྱེད་དོ།

དེ་ཡང་ཁྲག་གིས་སྤྱགས་པའི་རུས་པ་མཐོང་བ་ན། ངལ་བས་མ་དུབ་ཀྱི་བར་དུ་ཁྲིས་མཆེ་སོ་དག་གཙོད་པར་བྱེད་ལ། རུས་པ་དང་ཁྲི་ལ་ཇི་བཞིན། འདོད་ཆགས་ཀྱང་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ལ་ཡིན་དེ། གཤུང་བས་མ་ཟད་ཀྱི་བར་དུ་འདོད་ཆགས་དེ་ཉིད་ལ་འཆིང་བའི་བྱིར་དང་། གཅན་གཟན་གཉིས་ཀྱི་མདུན་དུ་ག་རུས་ཞིག་གཡུགས་ན། དེ་འཐོབ་པའི་བྱིར་དུ་ཕན་ཚུན་འབྲུགས་གིང་འཐབ་པར་འཐུར་བ་དང་། ཡང་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་པ་ཞིག་རྒྱུང་འཚུབ་ནང་ཐབས་མཁས་མིན་པ་དང་རྣམ་དཔྱད་དཔེན་པས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་བསྐྱོགས་པར་འཐུར་ནེ་བ་བཞིན། སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་དབང་གིས་རང་ཉིད་ལ་གཤུང་ཞིང་དུབ་པར་བྱེད་དོ།

ལ དེ་ལ། ཕྱི་རོལ་གྱི་དུག་མདའ་ལས་རང་ལུས་སྦྱོབ་པ་སྤྲུལ་ཡང་། ནང་ཉིད་དུ་མགོ་རྩོམས་པའི་དུག་མདའ་དག་ལས་རང་སེམས་སྤང་བར་ཆེས་མི་སྤིང་པ་དང་། འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁྱོ་མོངས་སྤྱན་དང་། བདེན་འཛིན་དག་ནི་དེ་ལྟའི་ནང་ཉིད་དུ་རྒྱགས་པའི་དུག་མདའ་

ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གིས་རང་དུག་གཞན་ལ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབ་བྱེད།

འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། མོངས་སྤྱོད་གྱི་ནད་ཀྱིས་བཏབ་པའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་
རྒྱན་པ་མ་ཆོག་རྩལ་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བ་དང་། མཐར་བཞིན་པ་ཇི་བཞིན་སྦྱོར་བ་ལག་ལེན་
དུའང་སློག་གཅོད་པ་དང་། གཞན་རྩལ་བརྒྱ་བ་དང་། ལོག་པར་གཡེམས་པ་སོགས་ཀྱང་བྱ་
བཤོ།

ཡིད་ཀྱི་མི་དགོ་བ་གསུམ། ངག་གི་མི་དགོ་བ་བཞི་དང་། ལུས་ཀྱི་མི་དགོ་བ་གསུམ་འདི་
དག་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེམས་པས་མི་དགོ་བ་བརྒྱར་གྱུར་ལ།

དེ་ཡང་། གོམས་པས་རྒྱན་ལ་ཡང་ཡང་སྤྱད་པས་སྤྱོད་པོ་ད་དག་བྱ་ངན་གང་ཡང་བག་
མེད་དུ་སྤྱད་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱ་བ་མི་དགོ་བར་དངོས་སུ་མ་ཞུགས་པ་ལྟར་ལྟ་སྤྱོད་ལ། གང་
མཆོམས་སུ་རྒྱན་སྤྱོད་པའི་རྩལ་སྤྱོད་ལ་མེད་པར་གསུག་རྩལ་ཀྱིས་ལས་ངན་
པར་ཞུགས་པར་འགྱུར་རོ།

འདོད་རྩལ་ལ། འཁྲིག་པའི་འདོད་ཆགས། འཇིགས་པ། ཁོང་ཁྱོ། སྐལ་པ་དམན་པ།
མི་བདེ་བ་སོགས་ཐམས་ཅད་མོངས་སྤྱོད་ལས་བསྐྱེད་ལ། དེས་ན་མོངས་སྤྱོད་འདི་ཉིད་དུག་
རིགས་སྤྱོད་ཆོགས་ལས་རྩལ་པ་ཆེ་ཤོས་དེའོ།

༤ འདོད་པ་ལས་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལས་ལས་སྤྱུག་བསྐྱལ་འབྱུང་བས། འདོད་པ་དང་།
ལས་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་གསུམ་མཐའ་མེད་དུ་འཁོར་ལོ་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། འཁོར་ལོ་འདིར་
ཐོག་མཐའ་མེད་པས། ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པོ་རྣམས་འདི་ལས་ཐར་བར་བྱ། སྤྱོད་བ་གཅིག་གི་རྩལ་སྤྱོད་
བ་གཞན་ཞིག་ཐུག་མེད་དུ་བརྒྱུད་དོ།

ཅི་སྤྱོད་པ་ན་གྱི་སྤྱོད་པའི་འཁོར་ལོའི་ནང་གི་རང་གི་ལུས་བསྐྱེགས་པའི་ཐལ་བ་དང་རུས་
པ་རྣམས་བསྐྱེགས་ཏེ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དེ་ཉིད་རི་ལྟར་མཐོན་པོར་གནས་རྒྱར་གོར་མ་ཆག་

ཐེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

པ་དང་། དེ་བཞིན་ད་པན་བདུང་བའི་ཨ་མའི་འོ་མ་རྣམས་བསལས་པ་ཡིན་ནའང་། དེ་ཉིད་
རྒྱ་མཚོ་ལས་ཀྱང་གཏིང་རིང་བར་འབྱར་རྒྱ་ལས་མ་འདས་སོ།

སྤྱིར་སྤྱེ་བོ་ཐེམས་ཅན་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཉིད་འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲུལ་
བའི་སྒྲོམ་ཤིན་ཏུ་ནས་བསྒྲིབས་པས། དུས་ཡོན་རིང་པོར་ཤེས་རྟོགས་མེད་པར་ལུས་ལ། དེར་
བརྟེན་ཀྱང་ཏུ་ལྷག་བསྐལ་གྱིས་ཁྱབ་ཅིང་། སྤྱེ་བ་ངན་པ་འད་རྒྱུན་མར་མྱོང་དགོས་པ་འདི་
འབྱུང་ངོ་།

ཁ

མིའི་རང་བཞིན།

༡ མིའི་རང་བཞིན་ནི་ཐུན་ཤིང་སོགས་ཡུང་སྤེལ་སྤྱུག་པོའི་ཚོགས་བཞིན་དུ་འཇུག་སྒོ་མེད་
པས་འཇུག་པའི་གནས་རྟེན་དཀའ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཐེམས་ཅན་དུ་དྲེད་འགྲོའི་རང་
བཞིན་ཆེས་ཤེས་པར་སྒྲིལ་ང་། སྤྱིར་ན་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་བཞིའི་སྒོ་ནས་འགོ་བ་མིའི་རང་
བཞིན་གྱི་དབྱེ་བ་མཛད་དེ།

ཐོག་མར་ནི། བསྟན་པ་ངན་པ་དང་འཕྲད་པས་དཀའ་ཕྱབ་དག་གིས་རང་ལུས་གདུང་
བའི་རིགས་ཤིག་དང་། གཉིས་པར། གདུག་རྩལ་དང་གཞན་ཇས་རྒྱ་འཕྲོག་སོགས་ཀྱི་ལས་
རྩལ་དག་གིས་གཞན་སྤྱུག་བསྐལ་དུ་བཅུད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། རང་ཉིད་དང་མཉམ་དུ་
གཞན་ཡང་སྤྱུག་བསྐལ་གྱིས་མཉམ་བར་བྱེད་པའི་ཁག་གཅིག་དང་། བཞི་པར། རང་ཉིད་
སྤྱུག་བསྐལ་གྱིས་མ་གཅོས་ཀྱང་གཞན་སྤྱུག་བསྐལ་ལས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་པའི་རིགས་ཤིག་སྤྱེ་བཞི་
ཡོད་པ་ལས། ཐ་མ་དག་གིས་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ཏེ། འདོད་ཆགས་
དང་། ཞེ་ཐུང་དང་། རྩོད་སྒྱུ་སོགས་ལ་གོ་སྐབས་མི་འབྱིན་ཅིང་། འཕྲོག་བཅོམ་སོགས་

གང་ཡང་མེད་ཁར། བྱམས་པ་དང་བརྩེ་བའི་ངང་ནས་མི་ཆེ་ཞི་བས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དོ།

༢ འཇམ་གླིང་འདིར་སྐྱེ་བའི་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། དང་པོར། རྩོམ་གོད་པའི་ཡི་གེ་བཞིན་དུ་ཁོང་ཁྱོད་སྐབས་འབྱེན་ཞིང་། དེས་དུས་འདའ་བར་བྱེད་པའི་རིགས་དང་། གཉིས་པར་ནི་བྱེ་མའི་སྤང་དུ་བྱིས་པའི་ཡི་གེ་ཇི་བཞིན་ཁོང་ཁྱོད་སྐབས་འབྱེན་ཡང་མི་རིང་བར་དེ་ལས་བྲལ་ལ། གསུམ་པར། རྩེད་སྤང་དུ་བྱིས་པའི་ཡི་གེ་བཞིན་ངན་སེམས་གང་ཡང་མི་འཆང་ཞིང་། གཞན་གྱི་ཚོག་རྩལ་དང་ངག་འཆལ་དག་གིས་རྒྱུད་མི་འཁྲུགས་པར་རང་སེམས་ཞི་བདེར་གནས་པ་སྟེ་གསུམ་མོ།

སྒྲུབ་ཡང་། སྐྱེ་བའི་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་ང་རྒྱལ་ཆེ་ཞིང་རྩལ་མོར་སྤྱོད་པ་ངོམ་ཚིགས་མེད་པ་སྟེ། གང་ཞིག་གི་རང་བཞིན་གོ་རྟོགས་སྒྲུབ་པའི་རིགས་མོ། གཉིས་པ་ནི་ཡ་རབས་རྒྱལ་དང་ཐུན་ཞིང་རྟོག་པ་སྤྱོད་གཏོང་གིས་ལས་བྱེད་པའི་རིགས་ཤིག་དེ། གང་ཞིག་གི་རང་བཞིན་ཤེས་པར་མི་སྒྲུབ་དག་གོ། གསུམ་པར་ནི། འདོད་ཆགས་གཏན་ནས་བཅོམ་པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་དག་རང་བཞིན་གཏན་ནས་ཤེས་མི་སྲིད་དོ།

དེས་ན་སྟོ་སྟོ་ཚོགས་ཀྱིས་སྐྱེ་བའི་དབྱེ་བ་བྱེད་ཀྱས་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ཇི་བཞིན་ཤེས་པར་མི་སྒྲུབ་ཞིང་། སངས་རྒྱས་འབའ་ཞིག་གིས་དེ་དག་མཁྱེན་ཅིང་། ཐབས་ཤེས་སྟོ་ཚོགས་ཀྱི་སྟོ་ནས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་འདྲན་པར་བྱེད།

ག

འགྲོ་བ་མིའི་སྐྱེ་བ།

༡ དེ་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་སྐྱེ་བ་མཚན་པའི་མཚུངས་གཏམ་དུ། ཐོན་སྐྱེ་བོ་ཞིག་རྒྱགས་རུར་གོ་

མེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

གྲུག་ཏོང་བཞིན་ཡོད་པ་ལ། རྒྱུ་འགྲུལ་ནས་སྒྲེ་བོ་ཞིག་གིས་བོས་ཏེ་སྒྲིབ་པ། བག་མེད་དྲེགས་པ་ལི་ངང་རྒྱགས་རྒྱུར་ཀོ་བ་མ་གཏོང་། མདུན་དུ་འབབ་ཆུ་དྲག་པོ་དང་ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་ཅ་རྒྱུ་མས་ཀྱི་འཁྲིལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། བག་སྒྲིབས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱ་སྤྱོད་དང་འདྲེ་གདོན་མང་པོ་ཡོད་པས། ཁྱེད་ཉིད་འཇིགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་འཁོད་པའི་གཏམ་བཤད་ནང་གི་རྒྱགས་རྒྱུ་རྒྱ་ཆུ་ཆགས་བཅས་ཀྱི་མིའི་སྒྲེ་བ་དང་། བག་མེད་དྲེགས་པ་ལི་ངང་ཀོ་གྲུག་ཏོང་བ་ནི། རང་གི་ཆགས་པའི་གཞན་དབང་དུ་སོང་བ་དང་། མདུན་གྱི་འབབ་ཆུ་དྲག་པོ་ནི་རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་ཟུག་རྒྱ་དང་རྒྱག་བསྐལ་ཡིན་ལ། ཅ་རྒྱུ་མས་ཀྱི་རྒྱ་ཆུ་བདེ་བ་དང་། རྒྱ་སྤྱོད་དང་འདྲེ་གདོན་དག་ནི། ཆགས་པའི་སྒྲེ་བའི་རྒྱུ་སྤྱོད་རྒྱགས་པའི་རྒྱ་བ་དང་འཆི་བ་ལ་གོ་ལ། རྒྱུ་འགྲུལ་དུ་ཡོད་པའི་གཏམ་སྒྲུ་བའི་སྒྲེ་བོ་དེ་ནི་སངས་རྒྱུས་ཡིན་ནོ།

གཞན་ཡང་མཚུངས་གཏམ་ཞིག་ལ། ཁྲིམས་འགལ་བྱས་པའི་སྒྲེ་བོ་ཞིག་བསྐྱར་བྱ་བས་དེད་ནས་ཡོད་པ་ལ་བྲོས་ཏེ་མཐར་ཁྲོན་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་རམ་རྩེའི་སྒྲེ་བྱས་ལ་འཕྱུང་ནས་ཡིབ་པར་བརྩམས་པས། མར་འབབས་པ་ན། ཁྲོན་པའི་ཞབས་མཐོལ་དུ་སྒྲུལ་ཞིག་མཐོང་། དེ་ནས་མར་མ་བབས་པར་དེ་མཚམས་རྩ་བྱས་ལ་འབྲམས་ཏེ་བལྟ་དུས་དུས་ཡུན་ཐང་ཅམ་རྒྱུ་ངལ་ཞིང་དུ་བ་ཅིང་བལྟས་པས། ཅི་ཅི་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་རྩ་བྱས་དེ་མཆེ་བས་གཙོད་བཞིན་པ་ཡང་མཐོང་བས། ཅི་སྒྲེ་རྩ་བྱས་དེ་ཆད་ན་སྒྲེ་བོ་དེ་ཁྲོན་པའི་ནང་མཐོལ་དུ་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲེ་དུ་ལྷང་བར་གྱུར་ཞིང་། དེ་ནས་ཡར་བལྟས་པས་རང་གི་བཞིན་གཏོང་གི་སྒྲེ་དུ་སྒྲུང་ཆང་ཡོད་པ་དེ་ལས་བར་བར་དུ་སྒྲུང་ཅིའི་ཐོགས་པ་འབབས་པ་ཡང་མཐོང་། སྒྲེ་བོ་དེས་རྩ་བྱས་སོགས་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཐམས་ཅད་བརྟེན་དེ་སྒྲུང་ཅིར་བདེ་བའི་ངང་སྦྱོང་དོ།

འདིར་དེ་འདྲ་བའི་སྒྲེ་བོ་དེ་ནི་རྒྱ་སྤྱོད་རྒྱག་བསྐལ་སྦྱང་བའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་མཚོན་ལ། བསྐྱར་བྱ་བ་དང་སྒྲུལ་དག་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་ལྷས་ཐུང་ཡིན་ཞིང་། རྩ་བྱས་གིས་སྒྲེ་བའི་རྒྱུ་ཆེན་མཚོན་ལ། ཅི་ཅི་དཀར་ནག་གཉིས་པོ་དེ་ནི་ཉེན་དང་མཚན་དང་། སྦྱོང་དེ་

སྐྱལ་མི་བྱེད་ཅིང་གཏན་འགྲོའི་ལོ་དུས་སོགས་མཚོན་ཞིང་། སྤང་ཅི་དེས་ནི་ལོ་ཡུན་ནང་གི་སྐྱལ་བསྐལ་ནམས་སྒྲིབ་པའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་བདེ་བ་མཚོན་པར་བྱེད་དོ།

༢ སྤང་ཡང་། འདི་འདྲའི་མཚུངས་གཏམ་གཞན་ཞིག་ཡོད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་སྤོང་སྤོམ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྤྱལ་བཞི་སྤྱལ་ས་ནས་རང་གི་བྲན་གཡོག་གཅིག་ལ་བཅོལ་དེ། སྤྱལ་དེ་དག་ལ་བདག་གཅེས་དགོས་ལུགས་དང་། ཅི་སྟེ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཞིག་ལ་གཞོད་འཛེབས་ཆེ་སྟེ། ཐོག་ཐོག་གི་ཉེས་ཆད་གཏོང་རྒྱུའི་བཞིགས་བསྐྱལ་བར་སྤོང་སྤོམ་དེ་དོར་དེ་བྲོས་པར་བཅུམས་སོ།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་བཀའ་སྤྱང་ལྟ་བུར་བས། སྤང་མ་དེ་དག་གིས་ཐོག་མར་འཇམ་པོའི་རང་གཡོག་པོ་དེ་ཕྱིར་འཁྲིད་ཐབས་བྱས་ཀྱང་གཡོག་པོ་དེས་དེ་དག་གི་འཇམ་བུས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྒོས་འགྲུབ་མ་རུས་པས་སྤང་ཡང་དེ་ནས་གྲོང་གཞན་དུ་བྲོས།

དེ་རྗེས་ཐོལ་བྱང་དུ་སྤྲུལ་བྱང་སྟེ། གཡོག་པོ་དེར། གྲོང་གསར་པ་དེར་ཚོམས་རྒྱུ་གཏུག་རྒྱལ་ཅན་དུག་གིས་སྤོང་བདེར་འཛོལ་བར་མི་བྱེད་ཅེས་སྤང་པས་ལྷག་པར་འཇིགས་ནས་བཅོས་མའི་གོ་གྲུ་ཞིག་བཅོས་དེ། དེའི་བརྒྱུད་རྒྱབས་ཀྱིས་འཁྲུགས་པའི་རྒྱགས་རྒྱ་བཀལ་བས་གཞི་ནས་བདེ་བར་འཁོད།

སྤོང་སྤོམ་ནང་གི་སྤྱལ་བཞི་པོ་དེས་རྒྱ་མེ་རྒྱུད་གི་འབྱུང་བ་བཞི་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འབྱུང་བ་བཞི་ལས་ཤའི་ལུས་འདི་གྲུབ་པ་དང་། ལུས་འདི་བཞིན་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཞན་དབང་དུ་འགྲོ་བས་མེས་ཀྱི་འགལ་རྒྱར་སོང་། ལུས་དེ་ལས་བྲོས་པར་བྱེད།

སྤང་མ་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་ནི། གཟུགས། ཚོར་བ། འདུ་ཤེས། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་ཤེས་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལྟ་བུ་སྟེ་གང་ཞིག་གིས་ལུས་མེས་ཀྱི་ཕྱི་སྤོམ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། བདེ་བའི་གནས་ནི་རྣམ་ཤེས་དུག་པོ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ནི་ངེས་དོན་གྱི་བདེ་བའི་གནས་མིན་ཞིང་།

མེས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

ཆོས་སྐུ་དྲུག་པོ་དེ་དག་ནི་རྣམ་ཤེས་དྲུག་གི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་དྲུག་པོ་དེ་ཡིན། རྣམ་ཤེས་དྲུག་གིས་ཉན་ཟག་མཐོང་བས། སྐྱེ་བོ་དེ་སྤྱིང་ཡང་བློས་པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་འབྲུགས་རྒྱུ་མེད་པ། དེ་རྣམས་སྐྱེ་བོ་དེས་རང་ཉིད་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་བའི་བཅོས་མའི་ཀོ་གྱུར་བསྐྱར་བས་མཐའ་མ་འབྲུགས་རྒྱུ་བདེ་བར་བཞུགས་ཏེ།

༣ སྤྱིང་འཇིགས་པས་གང་བའི་གནས་སྐབས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་གྱི་རིང་མ་བྱ་ཕན་ཚུན་ཕན་གོགས་བྱེད་མི་བྱུང་བར་མངོན་པ། གསུམ་པོ་དེ་གང་ཞེ་ན། མཁར་དབང་མེ་ལ་ཤོར་བ་དང་། རྒྱ་ལོག་དང་རྒྱ་ཇག་འབྱུང་བའི་གནས་སྐབས་གསུམ་ཡིན། འོན་ཀྱང་། འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་འང་ཕན་ཚུན་གོགས་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་སྤིང་དོ།

གཞན་དུ་ཙ་བ་རྣམས་ཕན་ཚུན་ཕན་གོགས་བྱེད་མི་རུས་པའི་གནས་སྐབས་གསུམ་ནི། འདྲ་གྱིས་བྲིན་པའི་སྐབས་དང་། ཆ་བའི་གནས་སྐབས། འཆི་བའི་གནས་སྐབས་བཅས་གསུམ་ཡིན་ཞིང་། ཇི་ལྟར་བྱས་རང་གི་མའི་ཆབ་དུ་མ་ལས་ཆ་བའི་སྤྲུག་བཟུལ་ལེན་རུས། ཇི་ལྟར་མས་རང་གི་བྱའི་ཆབ་དེའི་རྟེན་ལེན་རུས་ཏེ། མི་རུས་སོ། འཆི་བའི་དུས་ལ་འབབས་པའི་ཆོ་རུལ་ཇི་ལྟར་དུ་གཅིག་གིས་གཞན་ལ་ཕན་གོགས་བྱེད་རུས་ཏེ། ཕན་ཚུན་ཇི་ཙམ་དུ་བརྩེ་ནའང་གནས་སྐབས་འདི་དག་དུ་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་གཞན་ལ་རུང་ཟད་ཀྱང་ཕན་གདགས་མི་རུས་སོ།

༤ དེ་ཡང་། དཔྱུལ་གྲོང་གི་རྒྱལ་པོར་གྲགས་པའི་གཤིན་ཇི་ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་དུས་ཤིག་ན། སྐྱེ་བོ་གཅིག་ལ་དྲིས་པ། ཅི་ལས་ངན་སྤྱད་པས་དཔྱུལ་བར་ལྷུང་བས། ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཡུལ་དུ་ལྷའི་བང་ཆེན་དང་འཕྲད་བྱུང་ངམ། ཞེས་སྒྲིབ་པར། སྐྱེ་བོ་དེས། དེ་འདྲའི་སྐྱེ་བོ་དང་འཕྲད་མ་བྱུང་ཞེས་ལན་འདེབས་བྱས། དེ་ལ་གཤིན་ཇིས་སྒྲིབ་པ། ཆས་ཤིང་ཁོགས་ལ་དབྱུགས་པ་

ཐོགས་པའི་མི་ཆན་ཞིག་དང་འཕྲད་བྱུང་ངམ་ཞེས་དྲིས་པར། རྗེ་བོ་ཞེས་བོས་ནས། དེ་འདྲི་
སྒྲེ་བོ་ཡང་ཡང་མཐོང་བྱུང་ཞེས་སྒྲེ་བོ་དེས་གཤིན་རྗེར་ཡན་བཏབ། དེ་ནས་གཤིན་རྗེས་སྒྲེ་བོ་
དེར། ཁྱོད་ཀྱི་ད་ལྟ་ཉེས་ཆད་འདི་འདྲ་སྤྱིང་དགོས་པ་དེ་ཆན་ཁོགས་དེ་དག་ལྟའི་བང་ཆེན་ཡིན་
པ་མ་ཤེས་པ་དང་། དེ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱང་ད་ལྟའི་ལས་ཚུལ་འདི་དག་ལ་ཐོན་ཚུད་ནས་དག་
བསྐྱར་མ་བྱས། རིང་མིན་དེ་ལྟའི་རྣམ་ཤིང་ཁོགས་པོར་འབྱར་ངེས་པར་མ་ཤེས་སོ།

དེ་བཞིན་གཤིན་རྗེས་སྒྲེ་བོ་དེར། ནད་ཀྱིས་བཏབ་ཅིང་གོགས་མེད་གཅིག་ཕྱར་བསྟོད་
པའི་སྒྲེ་བོ་གང་འཕྲད་བྱུང་ངམ་ཞེས་དྲིས་པར། སྤར་བཞིན་བྱུང་ཞེས་ཡན་བཏབ་པས། དེ་
ཡང་། ནད་ཀྱིས་བཏབ་པའི་བང་ཆེན་དེ་དག་ལས་རང་ཉིད་ཀྱི་ནད་དག་གི་ཉེན་བར་བཏང་
བར་མ་ཤེས་པ་ལས་བྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་གཤིན་རྗེ་རྒྱལ་པོས། སྤར་ཡང་སྒྲེ་བོ་
དེར། སྒྲེ་བོ་གི་ཟིན་པའི་རོ་མཐོང་སྤྱིང་ངམ་ཞེས་དྲིས་པར། སྒྲེ་བོ་དེས། ཡན་དུ་མར་མཐོང་
ཞེས་ཡན་འདེབས་པར། དེ་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་ལྟའི་བང་ཆེན་དེ་དག་ལས་རང་ཉིད་ཀྱང་མཐའ་
མར་གི་དགོས་པར་ཤེས་རྟོགས་མ་བྱུང་བ་ལས་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དུ་ཅི་ཕྱི་ཁྱོད་ཀྱིས་མཆོམས་
དེར་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་ཡོད་ཆོ། རང་གི་ལས་ལམ་འཕོ་བཞེ་བཀྱིས་ཏེ་ད་ཆ་འདི་ག་སྐྱག་བསུལ་
གྱི་གྲོང་འདིར་ལྷུང་དགོས་པ་མི་ཡོང་ཞེས་སྤྲོས།

ལ ཐོན་གི་ས་ལྟོ་ཏ་མི་ཞེས་པའི་མིང་ཅན་གྱི་བྱུང་མེད་འབྱོར་ལྡན་ཞིག་རང་གི་ཐུག་གུ་
འཆི་བས་ཕྱང་ན་གྱིས་རང་མེམས་བརྒྱག་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ཐག་དུ་གྱུར་ཏེ། གྲོང་ནས་གྲོང་དུ་དེའི་
བཅོས་ཐབས་འཛོལ་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་གང་ཡང་མ་རྟོན།

དེ་ནས་མཐའ་མར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཅིག་དང་འཕྲད་པ་ན། དེས་མ་དེར་ཐེ་ད་
མ་ཆར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཞུ་གཏུགས་དགོས་ལུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་
བསྟོན་པ་དང་། མ་དེ་ཐུག་གུ་ཁྱེར་ཏེ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སར་བཅར་བ་ན། བཅོམ་ལྡན་

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

འདས་ཀྱིས་སྤྲུགས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་དེར་གཟིགས་ནས་སྒྲིབ་པ། སྤྲུག་གུ་འདི་གསོ་བའི་ཆེད་དུ་
འཆི་བ་གཏན་ནས་འཕྲད་མ་མྱོང་བའི་གོང་ཁྱིམ་ཞིག་ནས་མེ་དོག་གང་ལའི་(ཉལ་པ་) ས་
བོན་འབྱེར་ཡོང་དགོས་ཞེས་སྒྲིབ་པར། རིག་འཆོམ་ཟེན་པའི་བྱད་མེད་དེ་འཆི་བ་མི་རྟག་པས་
མ་ཞུགས་པའི་ཁྱིམ་འཆོལ་དུ་བྱིན་ཀྱང་མ་རྟེན། དེ་ནས་བཅོམ་ཡན་འདས་ཀྱིས་ར་བྱིར་ལོག་
པ་ན། བཅོམ་ཡན་འདས་མཇུག་ཅུང་ཉིད་ནས་སྒྲིབ་སྤྲུག་བསལ་དེ། དེའི་གསུང་གི་དགོངས་
རྟོགས། དེ་ནས་སྤྲུག་གུའི་རོ་དེ་ས་ལོག་དུ་སྤྲུག་ནས་བཅོམ་ཡན་འདས་ཀྱི་སར་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་
དེའི་སྒྲོབ་མར་གྱུར་དོ།

ང

འགོ་བ་མིའི་སྤྱེ་བའི་རང་བཞིན།

༡ འཇམ་བུ་སྤྱིང་གི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རང་འདོད་ཆེ་ཞིང་བཅེ་སེམས་མེད་
པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཡན་ཚུན་མཇུག་བཅེ་དང་གུས་བཅེ་མི་ཤེས་ཤིང་། མོ་སེའི་རྣམས་རྒྱུད་
ཀྱི་རྒྱར་གནས་ཚུལ། རྒྱུད་ཅག་གི་དོན་དུ་ཡན་ཚུན་ཆོད་ཅིང་གནས་པས། མི་བདེ་བ་སྤྲུག་
ཆོག་གིས་རང་གི་མི་ཆེ་གང་བར་བྱེད་དོ།

མ་ཟད་འཕྱོར་ཡན་ཡིན་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ནི་འོར་ཁུས་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྲུགས་
པ་དང་། དེ་དག་འཕྱོར་བས་སམ། ཡང་ན་དབུལ་པས་གདུངས་ལ། འདོད་པས་ཟེན་ཅིང་
གནས་པས་རྟག་དུ་འདོད་པ་ཆོག་པ་དང་དོམས་པ་གཏན་ནས་མེད།

འཕྱོར་ཡན་དག་ནི། རང་རང་གི་ས་གནི་སྒྲོར་ཡང་ཡང་སེམས་ཤིང་སྤྲུག་བསལ་བ་དང་།
དེ་བཞིན་རང་གི་ཁང་བཟང་དང་བདོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་རྟག་དུ་སྒྲོ་བདེར་མི་གནས་ལ། དེ་
ཡང་། རང་ལ་ཐོལ་དུ་བྱུང་ཉེས་དག་གིས་ཟེན་མིན་ཡང་ངམ་སྤྲུག་སེམས་སྤྲུག་པ་དང་།

རྒྱལ་དུ་ཁང་བཟང་ཐེས་བསྐྱེགས་པ་དང་ཆོམས་རྒྱུན་དག་གིས་བཅོམ་པ་དང་། བཅོན་འཕྲིད་
བྱེད་པ་སོགས་དྲུགས་པར་མ་ཟད་འཆི་བས་འཇིགས་ཤིང་། དངོས་འབྲེལ་དུ་འང་དངོས་འབྱོར་
ཐམས་ཅད་དོར་ཏེ་གྲོགས་མེད་རྒྱུད་པར་འཆི་དགོས་པ་འབྱུང་ངོ་།

འབྱོར་མེད་དབུལ་པོ་རྣམས་ནི་ལྔ་དང་ལྔ་མ་ཡོན་པས་རྒྱལ་དུ་གཏུངས་ཤིང་། འདིས་དེ་
དག་གི་འདོད་པའང་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད། བརྒྱུ་ཐེམས་རབ་དུ་འཆང་བས། ལུས་
ཐེམས་བསྐྱེགས་ཤིང་། དེས་རྒྱུན་བྱས་ཏེ་དུས་མིན་འཆི་བའང་མང་ངོ་།

གཞན་ཡང་། འཇམ་བུ་གླིང་གི་སྤྲེ་བོ་ཐམས་ཅད་འབྱོར་མེད་དུ་དབུལ་པོར་མི་དགའ་
ཞིང་། རྒྱལ་དུ་གྲོགས་མེད་ཅིང་། ཕྱི་མའི་བྱལ་ལམ་རིང་པོར་ཡང་གཅིག་ཤུར་སྒྲོ་བའི་ངང་དུ་
འགྲོའོ།

༢ དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་འདིར་རྒྱུད་ཆོགས་ལྔ་ཡོད་དེ། དང་པོར། འཛོལ་བ་སྤྲེ། ལུས་ཅན་
ཐམས་ཅད་དང་། འབྲུ་མིན་ཐམས་ཅད་ཕན་ཚུན་འཛོལ་བར་རིངས་ཤིང་། སྤྲོ་བས་ཆེ་བས་
དམན་པ་རྣམས་ལ་བརྟན་པ་དང་དམན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོ་བས་ཆེ་བ་རྣམས་ལ་གཡོ་སྤྱོད་བསྐྱེད་
བས་ཐམས་ཅད་འཛོལ་བ་དང་ཆོལ་འཇིངས་ཀྱིས་ཟིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་འདིར། ས་བུ་གཉིས་དང་སྤྱུལ་མཆེད་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་སམ།
བཟང་འཆང་གཉིས་དང་། ཡང་ན། གཉེན་གཤིན་ཆུན་གཞོན་དབར་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་ལས་
འགན་གྱི་བར་ཐིག་ཁ་གསལ་མེད་པ་དེ་ཡིན་པ་མ་ཟད། གནས་གང་ཡིན་ལ་ཅིག་ཤོས་མཆོག་
འདོད་ཅིང་། རྒྱུགས་གཞན་སྤེང་དུ་ཅིག་ཤོས་མཁེ་འདོད་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་ཀྱི་གཞན་བདེ་
བསྐྱེད་བས་མི་བདེན་པ་དང་གཡོ་སྤྱོད་ཁོན་ས་དུས་འདའ་བར་བྱེད།

གསུམ་པ་ནི། ཐོ་མའི་དབར་གྱི་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་བར་ཐིག་གསལ་ཁ་མེད་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་
ཡང་ཀུན་གྱིས་མ་དག་པ་དང་འདོད་ཐེམས་འཆང་བས། ལུས་ངག་གི་ལས་སྤྱོད་ངན་པ་འདྲེན་

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ།

པ་དང་། དེ་ལས་ཚད་རྩོད་དང་མི་བདེན་ཏམ་ཤེད་སོགས་འབྱུང་།

བཞི་པར། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་གཞན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ལ་གུས་བརྩེ་མེད་པ་དང་། རང་མཐོང་
ཆེན་པོས་གཞན་དག་ཁྱད་དུ་གསོལ་པ་དང་། ལས་སྤྱོད་ངན་པའི་སྒྲོབ་ཉེན་བྱེད་པ་དང་། མ་
དྲང་བ་རྒྱན་དང་། དུ་མ་དང་། ཆོག་རྩལ་སྤྲོ་བར་བྱེད་པ་དག་ཡིན།

ལྔ་པ་ནི། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ལས་འཁྲིར་སྤང་མེད་རྟོག་རྩལ་བཞུད་པའི་རང་
བཞིན་དེ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་རང་བདེ་དང་རང་འདོད་ཆེས་ཆེའི་སྒོ་བཅངས་དང་
གཞན་གྱིས་ཕན་བདགས་ལ་མི་སེམས་པར་གཞན་ལ་ཁོ་བར་བྱེད་པས། མ་རུང་བ་སྤྲོ་ཆོགས་
པར་སྤྱོད་ཅིང་།

༣ སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་ཕན་ཚུན་སྤྱིང་བརྩེ་དང་དགའ་གོམས་དགོས་ཤིང་ཅིག་ཤོས་གྱི་
ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཞན་གྱིས་བཟླགས་བཞེད་དང་ཉམས་རྒྱུད་པའི་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཕན་ཚུན་
ཕན་གྲོགས་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལས་བརྒྱུད་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་རང་འདོད་ཆེ་ཞིང་། གཏུག་
སེམས་ཅན་ཡིན་པ་དང་ཅིག་ཤོས་གྱི་སྤྱོད་ལ་གཞན་དག་གིས་སྤོང་དེ་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་
སེམས་མ་རངས་པར་བྱེད། ཞེ་ཞེད་ཀྱི་གནས་རྒྱལ་འདི་དག་དུས་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཞིང་བཟོད་
དུ་མེད་པར་འཁྱར་རོ།

རྒྱལ་མིན་སྤང་བའི་ཆོར་སྤྱོད་འདི་དག་གིས་དངོས་སུ་དྲང་པོའི་བྱ་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་ཀྱང་།
རང་རྒྱུད་ཀྱི་མཐིལ་དུ་ཐིམ་ཉེ་སྤྱོད་བ་བརྒྱུད་མར་སྤང་བྱུག་གི་ཆོར་སེམས་ཀྱིས་མི་ཆེ་དོན་མེད་དུ་
བྱེད་ལ། དངོས་འབྲེལ་དུ་འདོད་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྐྱེ་བོ་རྣམས་གྲོགས་མེད་གཅིག་
ཡུར་སྤྱོད་ཞིང་འཁྱི། མ་ཟད། ཤི་བའི་རྗེས་སུ་འདང་ལས་ངན་གྱི་སྤྱིན་འབྲས་གྲོགས་མེད་གཅིག་
ཡུར་སྤྱོད་དགོས།

ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི་རིས་མེད་ཀྱན་ལ་བྱལ་ལ། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་ཀྱང་སོ་

མེའི་ལས་ངན་གྱི་ཁུར་པོ་སོ་སོས་འཁུར་དགོས་ཤིང་། ལས་དེ་དག་རྣམས་སྤོང་ཤོད་དགོས།
དེ་བཞིན་ལས་འབྲས་གྱི་རྣམ་གཞག་འདི་ཉིད་བཟང་པོའི་ལས་སྤོང་ཡའང་འཐད་པས། བྱམས་
པ་དང་སྤྱིང་བཅེས་དུས་འདའ་བ་ལས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་དང་སྐལ་བཟང་འབྱུང་ངོ་།

༤ ལོ་དུས་ཇེ་སང་གིས་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ནས་འདོད་པ་དང་། གོམས་པ་དང་སྐྱག་བསྐལ་གྱི་
འཆིང་བ་རིམ་གྱིས་མཐོང་བས། རང་རྒྱུད་གཏུང་ཞིང་ལྷུ་པ་བསྐྱེད་ཀྱང་། ལྷུ་པ་དེའི་ངང་
ལམ་བཟང་ལ་མི་བསྐྱབ་པར་ཡང་ཡང་གཞན་ལ་འཁོན་འཛིངས་གྱིས་སྤྲར་ཡང་སྤྱིག་ལྟང་གི་
མཐེལ་དུ་མིམ་པ་དུ་མ་འབྱུང་བ་མ་ཟད། སྤྱིག་ལས་འདི་དག་གི་མཉམ་དུ་དུས་མིན་སྤྱི་འཆི་
ཡང་དུ་མར་འབྱུང་བ་དང་། དེས་གཏན་དུ་སྐྱག་བསྐལ་བར་ཡང་བྱེད།

རང་གི་སྐྱག་བསྐལ་དང་འགལ་ཏེན་དག་གིས་ལྷུ་པ་བསྐྱེད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཞིང་། འོས་པའང་མ་ཡིན་ལ། དེས་ན་སྒྲེ་བོ་
རྣམས་སྒྲེ་བ་འདི་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀར་སྐྱག་བསྐལ་གྱིས་མནར་བར་འཁྱུར་རོ།

ཆོ་འདིའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་མི་བརྟན་ཞིང་མི་རྟག་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་འདི་ཉིད་
ལ་སྤང་མེད་རྟོག་རྟོལ་གྱིས་རང་བདེ་དང་རང་འདོད་འབའ་ཞིག་འཛོལ་བར་བྱེད་པ་ནི་ལ་ཆའོ།

༥ སྐྱག་བསྐལ་གྱི་འཁོར་བ་འདིའི་ནང་མེམས་ཅན་རྣམས་རང་མཁེ་འདོད་པ་དང་རང་
དོན་སྐྱབ་པ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་སྐྱག་བསྐལ་དང་མི་བདེ་བ་སྤོང་བའང་མཉམ་
པར་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ནོ།

སྒྲེ་བོ་རྣམས་གྱིས་རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་གཞན་ལ་ལ་བར་འདོར་བ་མ་ཟད།
རང་མཁེ་འདོད་ཅིང་། ཟག་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་པས། ཟད་མཐའ་མེད་པར་སྐྱག་བསྐལ་སྤོང་
དགོས་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱས་སྤོང་སྤྱིད་སྤོང་ནི། དུན་དུ་མི་བྱབ་ཅིང་། ལྷུ་བར་འཇིག་

སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་སྒྲིབ་པ།

པ་དང་། དེ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་འདིར་གང་ཡང་ཡུན་དུ་སྟོང་དུ་མེད་དོ།

༦ དེས་ན་སྒྲེ་པོ་རྣམས་ནས་འབྲུང་ཁམས་བདེ་བ་གཞིན་ཏུ་འདི་དུས་ནས་ཉེ་བར་བཟུང་སྟེ་
འཇིག་རྟེན་འདི་སྤང་གི་འདོད་ཆགས་སོགས་ལས་ཐོག་ནས་དོན་དམ་གྱི་བྱང་ཆུབ། དེས་བར་
དུ་བསྐབ་དགོས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱུན་གཏན་གྱི་བདེ་བ་གཞན་རྟེན་དུ་མེད་པའི་
ཕྱིར་རོ།

སྒྲེ་པོ་ཕལ་ཆེ་བས་ནི་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་དེ་ལ་སྤང་
གཅིགས་སུ་མི་བྱེད་ཅིང་། ལས་བཟང་ངན་ལས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་ཕྱག་འབྲུང་བ་ཡང་སྤང་མེད་
བརྟེན་གཡེང་ཐོག་འདོད་རྩམས་དང་རང་འདོད་ལྟར་ལེན་ལ་རྒྱ་ཆེར་སྟོང་པ་མ་ཟད། ཆོ་
འདིའི་ལས་སྟོང་གྱིས་ཆོ་ཕྱི་མར་ཕན་གཞིད་འབྲེལ་བར་ཡང་དེས་དོན་གྱི་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་
ཁར་གཞན་དག་ལ་འང་དེ་དག་གི་རྣམ་གཞག་འཆད་པར་བྱེད་དོ།

དེ་དག་གིས་ཆོ་འདི་སྤང་གི་ལས་སྟོང་ལས་ཕྱི་མར་གལ་གནད་ཇི་ཡོད་དང་། ད་ལྟའི་
ཕྱག་བསྐལ་དག་ཆོ་ཕྱ་མའི་ལས་སྟོང་ལ་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་ཆུལ་མི་ཤེས་པས་ད་ལྟའི་འདོད་པ་དང་
ད་ལྟའི་ཕྱག་བསྐལ་འབའ་ཞིག་སེམས་ཤིང་། དེ་ལ་དམིགས་ཏེ་ཡིད་འབྱུལ་ཞིང་སྟེ་ངག་འདོན་
ནོ།

འཇིག་རྟེན་འདིའི་ནང་རྟག་ཅིང་བརྟན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་
སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་དུ་འབྱུར་ཞིང་མི་བརྟན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ལགས། འོན་ཀྱང་སྒྲེ་པོ་
རྣམས་ནི་ཚོངས་ཤིང་རང་འདོད་ཆེ་བས་མི་བརྟན་པའི་འདོད་པ་དང་ཕྱག་བསྐལ་ཉིད་ལ་
མངོན་པར་རྒྱགས་པ་དང་། གདམས་པ་བཟང་པོར་མི་ཉན་ཞིང་། དེ་དག་གི་གོ་དོན་རྟོགས་
པར་མི་བརྩོན་ལ། རྒྱ་འབྱོར་དང་སྟེང་པ་ཉིད་གྱིས་རང་རང་གི་དུས་འདུལ་བར་བྱེད་དོ།

ལ ཏུས་ཐོག་མེད་ནས་གངས་ལས་འདས་པའི་སྤྱོད་ཏུ་མ་རིག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྤྱོད་ཤིང་ད་དུང་སྤྱོད་བ་དེ་ལྟར་ལགས་ཀྱང་། སྤྱོད་པོ་དེ་དག་ལ་ཡན་འདོགས་ཤིང་། དེ་དག་གི་ཡིད་ཆེས་བྱ་བའི་གནས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུང་པ་རིན་ཆེན་འདི་ཉིད་གླིང་འདིར་གནས་པ་ནི་དེ་དག་གི་བསོད་ནམས་དང་དགེ་སྤྱོད་ཏུ་གསལ་བས། དེའི་ཕྱིར། སྤྱོད་པོ་རྣམས་ནས་མཚོ་བསམ་ཟབ་གཏོང་གིས་ལྷས་སེམས་རྟོག་པས་མ་གོས་པ་དང་། སྤྱིག་པ་མི་དགེ་བ་ལས་རྒྱང་ཆད་ཏུ་གནས་ཏེ་སྤང་དོར་མ་འཛོལ་བར་གནས་དགོས།

དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུང་པ་དང་མཇུག་བའི་སྤྱོད་ལྟར་ཅག་ནས་དེ་དག་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དག་པར་འཁོད་པའི་རེ་སྤོན་འབྱིད་དགོས་པ་དང་། གདམས་པ་ཤེས་ནས་ཀྱང་ཆགས་ཞེན་གྱིས་སྤྱོད་བ་དེ་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྱང་བ་དང་། རང་གིས་ཇི་ཤེས་རྣམས་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུས་བཟུང་བ་མིན་པར་རྒྱུད་ཐོག་ཉམས་ལེན་གྱིས་གཞན་ལ་འང་རྒྱ་ཆེར་སྤོལ་དགོས་སོ།།

ཡེ་ལུ་ཐུ་པ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་འཕྲིན་ལས།

༧

སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་དམ་བཅས་སྤྱགས་དམ།

༡ ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་བཞིན། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་རྒྱན་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པ་
དུང་དུ་ཡེན་ཞིང་། དེས་ཕྱིག་ལས་རྒྱན་མར་སྦྱོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་དན་པ་བརྒྱད་
མར་སྦྱོང་བ་དང་། འདོད་ཆགས་སོགས་འགོག་པའི་ཤེས་རབ་བཅས་རྒྱལ་པ་རྟེན་མ་ཐུབ་པ་དེ་
ལྟར་ལགས་པས། དེ་མ་ཐུབ་ཆེ་འཁོང་ཇི་ལྟར་རྒྱ་རྒྱས།

སྐྱེ་བོའི་རང་བཞིན་མཐའ་དག་ཁོང་དུ་རྒྱབ་ཅིང་། ལུས་ཅན་ཀྲུལ་ལ་མཉམ་པའི་སྤྱགས་
བརྩེ་བ་ཆེན་པོ་དང་ཡན་པའི་སངས་རྒྱལ་གྱིས་དཀའ་སྤྱད་ཆེན་པོར་ཡང་སྤྱགས་བཟོད་ཆེན་
པོས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཇིགས་པ་དང་སྤྲུག་བཟུལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་ཤེས་ཇི་ལྟར་
ཡང་། བདག་གིས་བསྐྱབ་སྐྱམ་པའི་སྤྱགས་དམ་མཛད། སྤྱགས་དམ་འདི་ཉིད་ཕྱག་ལེན་དུ་
འགེལ་ཆེད་སངས་རྒྱལ་གྱིས་དུས་ཐོག་མེད་ནས་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་གི་གཟུགས་སུ་
གཤམ་གསལ་སྤྱགས་དམ་རྣམས་མཛད་དོ།

(༡) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གོ་འཕང་གྲུབ་ཟིན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་བདག་གི་ཞིང་
འདིའི་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་གོ་འཕང་དེ་ཐོབ་སྟེ་བྱང་རྒྱབ་མངོན་དུ་མ་བྱས་པར་བདག་ནི་
སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༢) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་ཟིན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་བདག་གི་དེས་
དོན་གྱི་འོད་འདིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཁུབ་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་
མི་གནས་སོ།

(༣) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྒྲུབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་བདག་ནི་ལོ་
དུས་བསྐྱད་མར་གནས་ཏེ་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་འཇིགས་པ་མ་སྒྲུབས་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་
སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༤) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྒྲུབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་ཕྱོགས་བཅུ་
སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་འདུས་ཏེ་བདག་ལ་བསྐྱོད་བཀྱར་མ་མཛད་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་
བདེར་མི་གནས་སོ།

(༥) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྒྲུབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་ལུས་ཅན་རྣམས་
ཀྱིས་བཙོས་མིན་དང་པས་བདག་གི་མིང་ལན་བཅུར་བཏོན་ཏེ་བདག་གི་ཞིང་འདིར་སྤྱར་ཡང་
སྒྲེ་བའི་རྩྱལ་བ་དོན་ལྡན་ལ་མ་ཉུགས་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༦) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྒྲུབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་ཕྱོགས་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་ལུས་ཅན་རྣམས་བྱང་རྒྱབ་ཐོབ་འདོད་བཙོས་མིན་གྱིས་དག་བ་སྒྲུབ་ཅིང་བདག་གི་ཞིང་
དུ་སྒྲེ་བར་བཙོས་མིན་གྱི་མོས་པ་མ་སྒྲེས་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ། དེ་ལྟར་
བྱང་ན་ལུས་ཅན་དེ་དག་གི་འཆི་དུས་སུ་བདག་ནི་དེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་འཁོར་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་དུ་
བདག་གི་དྲི་མེད་དག་པའི་ཞིང་དུ་བསུ་བར་བཀྱེད།

(༧) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་སྒྲུབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་
བདག་གི་མིང་ཐོས་པས་བདག་གི་དག་ཞིང་ཡིད་ལ་དུན་ཞིང་དེར་སྒྲེ་བར་འདོད་པའི་བཙོས་
མིན་གྱི་མོས་པ་སྒྲེས་པ་དང་དེའི་ཕྱིར་དུ་དད་དམ་དག་པོས་དག་རྩ་བསྒྲུབས་ཏེ་རང་གི་འདོད་
པ་ཇི་བཞིན་གྲུབ་པ་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༨) བདག་གིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་བསྒྲུབས་ཟེན་ཀྱང་། ཇི་སྲིད་འགོ་བ་
རྣམས་བདག་གི་དག་ཞིང་དུ་སྒྲེས་ནས་ཆེ་ཕྱི་མར་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་།
བདག་ནི་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་མི་བྱུངོ། འོན་ཀྱང་དེ་མིན་པའི་སྒྲེས་སུ་རྣམས་སོ་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

སོས་འགོ་བ་མང་པོའི་ཆེད་གོ་ཆའི་དམ་བཅའ་བཟུང་བར་བརྟེན། འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་དང་
ཕན་བདེ་ལ་བརྩོན་པར་འཇུག་པ་དང་། འགོ་བ་དུ་མ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འདྲན་པར་
མཛད་པ། སྤིང་ཇེ་ཆེན་པོས་ཚོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསོག་བཞིན་པའི་གང་ཟག་དེ་རྣམས་དམིགས་
བསལ་ཡིན། (བདག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པར་མི་བྱེད།)

(༩) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་འཛམ་གླིང་ཁྱོན་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་ལུས་སེམས་ཀྱི་དགོ་བར་སྤྱོད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདའ་བར་
བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བདག་གི་བྱམས་སྤིང་ཇེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་རྐྱབས་འབྲེལ་བ་མ་
བྱུང་གི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

(༡༠) བདག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐབ་ཟེན་ཀྱང་ཇི་སྲིད་དུ་ཕྱོགས་བཅུའི་
སྤྱོད་ཆོས་ལུས་བདག་གི་མིང་ཐོས་ཏེ་སྤྱོད་ཆོས་བདེན་པ་རྟོགས་ཤིང་། འཇིག་རྟེན་འདོད་པ་དང་
སྐྱུ་བཟུལ་གྱི་དབུས་སུ་གནས་ཀྱང་རང་སེམས་ཞི་བདེར་བྱེད་པའི་ལ་རྟེན་དུ་ཕྱིན་པའི་ཤེས་
རབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་བདག་ནི་སོས་བདེར་མི་གནས་སོ།

དེས་ན་བདག་གིས་འདི་ལྟར་དམ་བཅའ་བྱེད་དེ། འདི་དག་མ་གྲུབ་ཀྱི་བར་དུ་བདག་
འཛང་རྒྱ་བར་མི་བྱ་ཞེས་དང་། བདག་ཆད་མེད་པའི་འོད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་ཏེ། ཞིང་
ཐམས་ཅད་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། ཤེས་རབ་དང་དགོ་ཚོགས་ཀྱི་མཛོད་འཛིན་ཅིང་སྤེལ་བར་
བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་བཟུལ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག ཅེས་
ཞལ་བཞེས་དམ་བཅའ་མཛད།

༢ རྒྱ་མཚན་འདིས་སེམས་དཔའ་དེ་བསྐལ་པ་དུ་མར་གྲངས་མེད་པའི་ཚོགས་བསགས་
ཏེ་རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་དམ། སངས་རྒྱུ་སྤྱང་བ་མཐའ་ཡས་སུ་གྱུར། དེས་ནི་ཞིང་གང་
ཞིག་ན་ད་ལྟ་རང་ཉིད་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་བཞུགས་ཤིང་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འོད་སྤང་བཀྱི་

བའི་དག་པའི་ཞིང་དེ་ཉིད་ཀྱང་རྫོགས་པར་བྱས་སོ།

སྤྱག་བཤམ་དང་བཟུལ་བའི་དག་ཞིང་དེ་ནི་རབ་དུ་ཞི་བ་དང་བདེ་བ་ཡིན་ཞིང་། གོས་
དང་ཟས་དང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དངོས་རིགས་ཇི་འདོད་ཀྱང་བསམ་པ་བཞིན་དུ་རྟེན་པར་གྱུར་
ལ། གང་གི་ཆོ་འཇམ་ཞིང་བསམ་པའི་རྒྱུ་གིས་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་པའི་ཐྱོན་ཤིང་བསྐྱེད་པ་ན།
དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཕྱོགས་ཀྱན་དུ་བྱབ་སྟེ། གང་ཟག་སྤྱད་གི་རྣ་བར་གྲགས་པ་
རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱང་དྲི་མ་དག་པར་བྱེད།

དག་པའི་ཞིང་འདི་ན་དྲི་བཟང་བའི་མེ་ཏྲག་པད་མ་མང་ཞིང་། མེ་ཏྲག་རེ་རེ་ལ་འང་རིན་
པོ་ཆེའི་འདབ་པ་ཡངས་ཤིང་མཛེས་སྤྱག་བཞེད་ཀྱིས་མི་ཡངས་པས་བརྒྱན་ལ་པད་མའི་མེ་ཏྲག་
འདི་དག་གི་འོད་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལམ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟེ་བོ་གང་དག་གིས་དམ་པའི་
ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་ཐོས་པ་དག་ནི་བདེ་བ་ལུན་སྤྲུམ་ཆོགས་པར་བཀྱི་བར་བྱེད་དོ།

༣ དུས་དང་། ཕྱོགས་བཅུའི་སེམས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འོད་དཔག་དུ་མེད་ཅིང་ཆོ་
དཔག་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུ་འདིར་བཤམ་པ་མཛད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་རྣ་བར་སངས་
རྒྱུ་འདིའི་མཚན་གྲགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་བསྐྱེད་དེ་སངས་
རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་དང་རང་སེམས་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ནས་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དག་ཞིང་བྱུང་པར་ཅན་དུ་སྟེ་བར་གྱུར་རོ།

གང་དག་དག་ཞིང་དེར་སྟེས་པ་དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དཔག་དུ་མེད་པའི་ཆོའི་ཆ་ཤས་
ཐོབ་སྟེ་ཆོ་ལོ་དཔག་མེད་དུ་འཛོལ་ཞིང་། སེམས་ཅན་ཉམས་སྦྱང་པར་སྦྱིང་རྗེས་ཤུགས་དྲག་སྟེ་
ལ། དེ་ནས་རིང་མིན་ཐར་བར་བཟོད་པའི་ལམ་མངོན་དུ་འགྱུར་རོ།

ཐུགས་དམ་འདི་དག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་ངང་སྟེས་བྱ་དེ་དག་ནས་འཇིག་རྟེན་འདི་སྤང་གི་
ཆགས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་དེ་དག་ལ་སྦྱིང་པོ་མེད་པར་རྟོགས་ཤིང་། རང་གི་དགོ་ཅུ་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

རྣམས་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྟུལ་ལས་གྲོལ་བར་བསྟོན་ཞིང་། འཁྲུལ་བ་དང་སྤྱག་བསྟུལ་གྱི་གླིང་
འདིར་སྤྱེས་རྣམས་སེམས་ཅན་གྱི་མཉམ་དུ་དཀའ་ངལ་དྲང་ལེན་བགྱིད་ཅིང་། དེ་དང་ཆབས་
ཅིག་སེམས་ཅན་དེ་དག་འཇིག་རྟེན་གྱི་འཆིང་བ་དང་སྤེད་པ་ལས་གྲོལ་བར་དམིགས་ལ། སྤྱེས་
བུ་དེ་དག་གིས་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་འཆོ་བའི་དཀའ་ཆོགས་དང་། བར་བགོགས་ཇི་ཡོད་ཤེས་པ་
མ་ཟད། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོའི་ཆད་མེད་རྣམས་སྟོབས་ཀྱང་ཤེས་ཤིང་། དེ་དག་
ནི་འདོད་པ་བཞིན་དུ་འགོ་འདྲུག་སོགས་བྱེད་རྒྱས་ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྩེའི་ཁྲབ་
འོག་དུ་བསྐྱས་པའི་སེམས་ཅན་འབའ་ཞིག་གི་ལྷན་དུ་འགྲོགས་སོ།

དེས་ན། སྤྱེ་བོ་སྤྱེ་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་འདིའི་མཆན་ཐོས་རྣམས་བཅོས་
མིན་དྲང་བས་སངས་རྒྱུ་འདིའི་མཆན་འོད་པར་བསྐྱལ་རྣམས་སྤྱེ་བོ་དེ་དག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་
བྱམས་བརྩེས་འཆོ་ལ། དེ་བཞིན་སྤྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་རྣམས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་ལ་གསན་བསམ་
གྱིས་ཇེས་སྤྱེ་འཇུག་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་དེ་ལྟར་བགྱིས་པས་སྤྱར་ཡང་འཁོར་བའི་མེ་འོབས་སྤྱེ་
ཚུད་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། ཇེས་སྤྱེ་འཇུག་དགོས་སོ།

ཅི་སྤྱེ་སྤྱེ་བོ་རྣམས་རྣམས་དངོས་དོན་དུ་ཅི་རྣམས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་རྣམ།
སངས་རྒྱུ་འདིའི་བྱིན་མཐུ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་། སོ་སྤྱེ་རྣམས་རྣམས་རང་གི་རིགས་སད་པ་
ཡང་སངས་རྒྱུ་འདིར་མ་བརྟེན་པས་ནི་གཏན་ནས་མི་སྤྱིད་དོ།

༥ སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་འདི་ནི་སྤྱེ་ལས་ཀྱང་ཐག་ཀྱང་དུ་མི་གནས་ལ། བདེ་བར་
གཤེགས་པ་འདིའི་དག་ཞིང་ཡང་སྤྱིར་རུ་བ་ཚུགས་སྤྱོད་པར་བཤད་ཀྱང་། གང་དག་ཅེ་
གཅིག་དུ་དག་པའི་ཞིང་དེར་སྤྱེ་བར་འདོད་པ་དག་གི་ཡིད་སྤྱིང་དུའང་འབྱུག།

གང་དག་གིས་བརྗོད་ཅིང་ཆགས་པའི་སངས་རྒྱུ་འདིའི་གསེར་གྱི་སྤྱེ་བརྒྱན་ཡིད་ལ་
དུན་པ་རྣམ། སྤྱེ་བརྒྱན་དེ་ཉིད་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་དུ་བྱེས་ཤིང་། རྣམ་པ་རེ་རེ་རྣམ་

འོད་ཟེར་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་ཕྱོད་འཕྲོས་པས། འོད་ཟེར་རེ་རེས་འཇིག་རྟེན་གྱི་མུན་པ་བསྐྱོད་ཅིང་།
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མཚན་སྤགས་བཞེད་པའི་སྐྱེ་བོ་གཅིག་ཀྱང་མུན་ནག་ཏུ་མི་ལྷང་བར་བྱེད་ཅིང་།
སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ཐར་པའི་ཡུན་ཚོགས་ཐོབ་པའི་གོ་སྐབས་འབྱེད་ན།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྐྱ་བརྟན་མཇལ་བས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་དུན་པའི་དུན་པ་བསྐྱེད་
ལ། དེའི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ནི་ཀུན་ལ་ཁུབ་པའི་བྱམས་བཅེ་དང་ལྡན་ཞིང་། དེས་ནི། འདི་ནི་དམི་
ཤེས་པ་འཇལ། དུན་པ་འཇལ། དེ་དག་ལ་དད་ཅིང་ཡི་རང་བའི་སེམས་ཅན་རིས་སྤྱུ་མ་བཅད་པ་
ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ལ། གང་དག་དད་ཅིང་མོས་པ་དེ་དག་ལ་ནི་སངས་རྒྱུ་དང་དབྱེར་
མེད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་གནས་ཡོད་ལ་སངས་རྒྱུ་འདི་ནི་དུ་ཀུན་ཁུབ་མཉམ་ནི་དུ་སྐྱ་ཡིན་
པར་བརྟེན་སྐྱེ་བོ་སྤྱད་གསུམ་སངས་རྒྱུ་འདི་ལ་མོས་ཤིང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་ལ་སངས་རྒྱུ་
འདིས་ཀྱང་གཟིགས་ཤིང་དེ་དག་གི་ཡིད་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་འཇུག་གོ།

དེ་དག་སྐྱེ་བོ་གང་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་འདི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་ལ་ནི་ཞི་ཞིང་དག་ལ་
བདེ་ཆེན་གྱི་ཚོས་ཀུན་ཁོང་བའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་ཡོད་པ་འཇལ། ཡང་ན། འདི་ལྟར་བཞེད་
པར་བྱ་སྟེ། དེ་དག་གི་ཡིད་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་ཡིན་ལ། དེས་ན་སྐྱེ་བོ་རེ་རེ་ནས་དྲི་མེད་
བཅོས་མིན་གྱི་དད་པའི་ངང་རང་གི་ཡིད་དེ་ནི་དུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་སུ་ཤར་བར་བྱེད་དགོས་
སོ།

ལ སངས་རྒྱུ་ལ་ནི་སྤྱི་རྣམ་འགྱུར་མང་ཞིང་སྤྱལ་བ་འདུ་མ་ཡོད་ལ། སྐྱེ་བོ་བྱེ་བྱག་
གི་རྒྱས་མཐུ་དང་འཚམས་པའི་རྣམ་པ་འདུ་མར་སྤྱལ་རུས།

སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སྐྱ་ལུས་དཀར་སེང་གི་བར་སྒང་དུ་འདུང་འཕྲོང་ཞིང་། ལྷན་ནས་མཁའི་
ཁྱོན་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེབས་པའི་ཤོངས་ཆེན་པོར་སྤྱལ་ལ། ཤིན་དུ་ཕྱ་པའི་རང་བཞིན་དུ་འདུང་
རྣམ་པར་སྤྱལ་དེ། རེས་འགར་ཤིན་དུ་ཕྱ་པའི་གཟུགས་དང་། རེས་འགར་ཤིན་དུ་ཕྱ་པའི་རྒྱས་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

པ་དང་། རེས་འགར་གིན་དུ་ཕྱ་བའི་ཤེས་པ། གཞན་ཡང་རེས་འགར་གིན་དུ་ཕྱ་བའི་སྲོག་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཡང་རྩོལ་ལ། འོན་ཀྱང་ཚུལ་ཇི་ཉར་དུང་། དེས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མཚན་ཐུགས་སྒྲོ་བའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་བསྟན་ཞིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་དཔག་མེད་ནི་རྟག་དུ་བྱུང་། སེམས་ཆེན་པོ་གཉིས་དང་ལྷན་དུ་སྤང་སྟེ། སྤོང་ཇི་འི་རང་ག་བྱུགས་ཀྱི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྟུན་རས་ག་བྱེགས་དང་བྱུང་སེམས་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་ག་བྱུགས་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་ཐོབ་པོ། གཞན་ཡང་གླིང་འདིར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དེའི་རྣམ་སྟེན་གྱིས་གང་ཡང་དད་ཅིང་དུང་བ་དང་ལྷན་པ་དག་འབའ་ཞིག་གིས་མཐོང་སྤང་དུ་ལྷུར་རོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དེའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྣམ་སྟེན་མཇུག་བ་དག་ལ་གཏན་གྱི་བདེ་ཆོམ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཐོབ་ཅིང་། གང་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དངོས་མཇུག་བ་དག་ལ་ནི་ཆད་གཞལ་དུ་མེད་པའི་ཞི་བདེ་མངོན་དུ་འལྱར་རོ།

༦ ཇི་ལྟར་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་ཆད་མེད་བརྟེན་བ་དང་མཁའ་རྒྱུ་ཀྱིས་ཐུག་པའི་ཐུགས་དེ་ཉིད་སྤྱིང་ཇི་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་སྒྲོབ་ཀྱིས། གིན་དུ་གདུག་རྒྱུ་བ་ཅན་གྱི་སྒྲེ་བོ་གང་ཞིག་གིས་བསམ་དུ་མེད་པའི་ལས་ངན་སྦྱང་ཅིང་། གང་དག་གི་རྒྱུད་དུག་གསུམ་གྱིས་གོས་པ་སྟེ། གང་ཞིག་གིས་རྩུན་དང་ངག་འཆལ་དང་། ཆོག་རྒྱུ་དང་། ཕྱ་མ་སྤྱོད་པ་དང་། གང་ཞིག་གིས་སྲོག་གཅོད་པ་དང་། གཞན་གྱི་རྩལ་རྒྱ་བ་དང་། འདོད་ལས་ལ་སྦྱོད་པ་དང་། གང་དག་ཆེ་གང་ལས་ངན་ལ་སྦྱོད་དེ་འཁི་ཁར་སྟེབས་པ་དག་ནི། ལོ་གངས་དུ་མར་སྟུག་བསྟུལ་སྦྱང་བར་ངེས་སོ།

དེ་དག་ལ་ཆོས་གོགས་ཤིག་འོང་ནས་འདི་ལྟར་བརྗོད་དེ། ཁྱད་ནི་ད་ལྟ་འཆི་བར་ཉེ་བས་ཐིག་སྦྱང་གྱི་དུས་སྐབས་དེ་ནི་བསུབ་དུ་མེད་ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་མཚན་ཐུགས་བསྟུན་བརྗོད་ཀྱིས་དེའི་ཐུགས་བརྟེན་སྟེན་སྦྱོར་སྦྱོང་གིས་ཞུས་སྟེ།

སྤྱི་བོ་གདུག་རྒྱུ་ཅན་དག་གིས་སྤོ་སེམས་ཅེ་གཅིག་དུ་སངས་རྒྱུ་ཉིད་དཔག་མེད་
འདིའི་མཚན་ཐུགས་བསྐྱེད་བཅུད་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་མོངས་ལྷན་ལྷན་པོར་ལྷང་བའི་ཐིག་ལས་
ཐམས་ཅད་དག་པར་འབྱུང་བས་ན། མཚན་ཐུགས་བཅུད་པ་ཅམ་དུ་མེན་པར་སངས་རྒྱུ་
ཉིད་ཀྱི་བསྐྱེད་སྐྱེད་པ་ལ་གནས་ན་ལྷ་སྤོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་པའི་ཕྱིར་དོ།

དེས་ན་གང་དག་གིས་བྱིན་རུས་ལྷན་པའི་མཚན་ཐུགས་འདི་བཅུད་པ་དག་ནི་འཆི་ཁར་
སངས་རྒྱུ་ཉིད་དཔག་མེད་དང་། བྱང་སེམས་སྤྱིང་རྒྱུ་རང་ག་ལྷན་གསལ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་
རང་ག་ལྷན་གསལ་དག་གི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་དག་དང་མཇལ་ཏེ། སངས་རྒྱུ་ཉིད་ཀྱི་ཞིང་དུ་བཀྱི་
བར་འབྱུང་ཞིང་། དེར་ནི་རྣམ་དག་པད་དཀར་དུ་འཁྱུངས་པར་འབྱུང་དོ།

རྒྱ་མཚན་དེས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ན་མོ་ཨ་མི་རྩ་བུ་རྩ་ཞེས་པ་ཡིད་ལ་བཞག་དགོས།
ཡང་ན། སངས་རྒྱུ་ཉིད་དཔག་མེད་ཅིང་ཆོ་ཡང་དཔག་མེད་པའི་སངས་རྒྱུ་ཉིད་ཅེ་
གཅིག་དུ་སྤོས་ཡིངས་འགལ་གྱི་སྐྱབས་འགོ་བྱ་དགོས་སོ།

ཁ

སངས་རྒྱུ་ཉིད་དཔག་མེད་ཀྱི་དག་ཞིང་།

༡ འོད་དཔག་དུ་མེད་ཅིང་ཆོ་ཡང་དཔག་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུ་ཉིད་འཆི་བ་མེད་པར་
རྟག་དུ་གནས་ཤིང་། རྟག་དུ་ཆོས་ཀྱི་འོད་སྤྱོད་བར་བྱེད་པས་དེའི་དག་ཞིང་ན་ཐུག་བསྐྱེད་དང་
ལྷན་པའི་གནས་མེད་ཅིང་། བདེ་བས་དུས་འདུག་པའི་ཞིང་དེར་བདེ་བ་ཅན་ཞེས་བཅུད་དོ།

ཞིང་དེའི་དབུས་ན་དངས་ཞིང་བསིལ་བའི་རྒྱུ་གང་བའི་མཚོ་གང་ཞིག་གི་རྒྱབས་དལ་
བུའི་ངང་ག་མེར་གྱི་བྱེ་ཐང་དུ་རྒྱགས་པ་ཞིག་ཡོད། གཡས་གཡོན་དུ་ཁ་དོག་དང་ཤེལ་མདངས་
སྤྱོད་གསལ་གྱིས་མཛེས་ཤིང་། ཤིང་རྩེ་འཁོར་ལོ་དང་ཆེ་རྒྱུ་མཉམ་པའི་མེ་ཏོག་པད་མ་དང་།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཕྱིན་ལས།

དེ་ཡང་། སྤྱོད་པོའི་ཁ་དོག་ཅན་ལ་ལེས་མངས་སྤྱོད་པོ་དང་། དེ་བཞིན་མེར་པོ་ལ་མེར་པོ་
དང་། དམར་པོ་ལ་དམར་པོ། དཀར་པོ་ལ་དཀར་པོ་དང་། རྩོན་ཐམས་ཅད་དྲི་བཟང་གི་ངད་
ཀྱིས་གང་ནས་ཡོད་པ་དང་། མཚོ་མཐོའ་འཁོར་དུ་ས་མཚོ་མི་འདྲ་བར་གསེར་དདུལ་དང་
བྱེད་ཤེལ་གྱིས་མཛེས་རྒྱན་བྱས་པའི་ཕྱོད་གུར་ལུབ་པ་དང་། རྒྱུ་འོགས་སུ་དོ་ཀ་མ་རུ་པ་
ལས་བྱས་པའི་བབས་སྟེགས་དང་། མཚོའི་སྤྲེང་དུ་རྩ་བ་དང་ལག་བཟུང་དག་གིས་སྤྲེང་བའི་
ཡོལ་བ་དང་རིན་པོ་ཆེ་ལས་བྱས་པའི་དུ་བས་གཡོགས་ཤིང་། བར་དཀྱིལ་དུ་སྤྲན་ཤིང་དང་མེ་
དོག་ཅན་གྱི་ཤིང་གི་སྐྱེས་མོས་ཚལ་ཡང་ཡོད།

ས་གཞི་འཛོར་ཞིང་རྒྱང་ཡང་གཡོ་ཤེས་འཚམས་པ་དང་། ཉིན་མཚན་ཀྱུན་དུ་ནམ་
མཁའ་ལས་ཚོན་མངས་བཀྲ་ཞིང་ཡང་བའི་མེ་དོག་གི་འདབ་མ་ཚར་དུག་ལྷངས་ཤིང་། དེ་
དག་སྐྱེ་པོ་རྣམས་ནས་རུབ་རུབ་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་གཞན་དུ་འང་འཁྱེར་ལ་བཟང་སྟོད་
ནང་སྒྲགས་ཏེ་སངས་རྒྱུ་རབ་འབྱམས་ལ་མཚོད་པར་བྱེད།

༢ ངོ་མཚར་ཆེ་བའི་ཞིང་འདི་ནང་བྱ་བྱིའུ་མང་ཞིང་དཀར་མངས་ཆེ་བའི་ཁུང་ཁུང་
དང་། ངང་པ། ཉམས་མངས་ལྡན་པའི་སྤྲ་བྱ་དང་། ལྷ་ལུལ་གྱི་གོད་གླིང་གི་བྱ་དང་།
གཞན་ཡང་བྱིའུ་འི་ཚོགས་ཆེ་ལ། དེ་དག་གིས་ཉམས་དལ་ཞིང་དགའ་བའི་ངང་སྤྲ་དབྱངས་
སྟོག་ཅིང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་རབ་དང་། དེའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བསྟོད་
དབྱངས་སྟོག་གོ།

སྤྲ་དབྱངས་འདི་དག་སྐྱས་ཐོས་སམ་ཉན་པས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་ཐོས་པ་དང་
མཉམ་པ་མ་ཟད། ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་གནས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་དག་གང་ཅོད་
མེད་མཐུན་པར་གནས་ཐོག་རང་རྒྱུད་ལ་བཅོས་མིན་གྱི་དད་པ་དང་། དགའ་བདེ་གསེར་དུ་
སྐྱེའོ།

གཞན་ཡང་གིང་ཚོགས་དེའི་བསིལ་གྱི་བ་དུ་འཇམ་རྒྱུ་དཔལ་བྱས་བསྐྱོད་པས་ཐོད་གུར་
 དེ་དག་གི་གྱི་བ་ཡོལ་གཡོ་བར་བྱེད་དེ་སྟུན་པའི་དབྱངས་དང་བཅས་ཏེ་བསྐྱོད་ཅིང་། ལྷ་
 གནས་ཀྱི་སྟུན་དབྱངས་འདི་དག་གི་བྲག་ཆ་ཐོས་པའི་སྟེ་བོ་ནམས་ནས། དེ་ཉིད་དུ་སངས་རྒྱུས་
 དང་ཚོས་དང་། དགེ་འདུན་དུན་པའི་དུན་ཤེས་སྟེ་ལ་ཕུན་ཚོགས་འདི་དག་ནི་དག་ཞིང་འདིའི་
 གནས་ཁྲི་དུ་མའི་གཟུགས་བརྟན་ཙམ་མོ།

༣ འོ་ན། ཞིང་འདིར་སྤང་བའི་སངས་རྒྱུས་འདི་ཉིད་ལ་འོད་དཔག་དུ་མེད་པ་དང་། ཚེ་
 དཔག་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུས་ཞེས་པའི་མཚན་གྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་འཛོད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཡོད་དེ།
 དེའི་ཚོས་སྟེ་གཟེ་འོད་ནི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་དག་གི་ཕྱི་ནང་གི་མཐམ་གདུགས་བར་དུ་གསལ་
 ཞིང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་བཙེ་བ་ཐུགས་ཐེ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་སྟེ་བ་གངས་སུ་མེད་ཅིང་བསྐལ་པའི་བར་
 དུ་འགྱིབ་པ་མེད་པར་གནས་པའི་ཕྱིར།

རྒྱ་མཚན་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། དག་ཞིང་དེར་སྟེས་ནས་བྱང་རྒྱ་མཛོད་དུ་བྱས་པའི་
 སྟེས་བྱ་དམ་པའི་གངས་གཞལ་དུ་མེད་པ་དང་། དེ་དག་སྤྲར་ཡང་། ལས་དབང་གི་འཛི་བ་
 དང་འབྲལ་བའི་གླིང་འདིར་སྟེ་བར་མི་འཕྱར་བ་མ་ཟད། སངས་རྒྱུས་དེའི་གསུང་གི་འོད་ཟེར་
 གྱིས་འཁོར་བའི་ཚོས་ཉིད་མཐོང་བའི་སྤང་བ་གསར་པ་ཐོབ་པའི་སྟེས་བྱ་ཡང་གངས་མེད་པས་
 མོ།

དེས་ན། སྟེ་བོ་སུ་ཡིན་ཅུང་སངས་རྒྱུས་དེའི་མཚན་ཐུགས་ཅེ་གཅིག་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་
 དང་། འཛི་ཁར་ཉིན་ཞག་བདུན་ཀྱི་རིང་ངམ་ཡང་ན། ཉིན་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་བཙོས་མིན་
 དད་པའི་ངང་དེའི་མཚན་ཐུགས་བསྐྱེད་ལ་གཞིལ་དགོས། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱས་ན།
 སྐད་ཅིག་མ་ཐར་སངས་རྒྱུས་འོད་དཔག་མེད་ཀྱིས་དབུ་འཁྱེད་པའི་དམ་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་དག་དུ་དབྱངས་པར་འཕྱར་ཞིང་། གང་དག་གིས་སངས་རྒྱུས་འོད་དཔག་

སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས།

མེད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་ཤིང་། དེའི་བསྐྱན་པར་དད་པ་དང་དྲང་བ་འཕེལ་བ་དག་ནི་རིང་པོར་མི་
ཐོགས་པར་སྤྱོད་མེད་པའི་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པར་རུས་སོ། །

ཉམས་སྲུང་ལོན་པའི་ཚུལ།

ལེུ་དང་པོ།

དྲི་མ་ལས་གོ་ལ་པའི་ཚུལ།

༡

དྲི་མས་དག་པའི་སེམས།

༡ སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་དུ་ལ་མ་རིག་པ་དང་ཐུག་བསྐལ་གྱི་ནང་དུ་ལྷང་བར་བྱེད་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉེན་མངས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ཉེས་སྦྱོར་གྱི་འཛིང་བ་འདི་དག་ལས་གོ་ལ་པའི་ཐབས་ལམ་ལྟ་ཡོད་དེ།

དང་པོ། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སྟེ། ཞིབ་མོར་དཔྱད་པས་གཞི་བྱས་པའི་དངོས་པོའི་གཤིས་ལུགས་དང་། རྒྱ་འབྲས། དེའི་ཕན་ཡོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཤེས་རྒྱ་དེ་ཡིན་ལ། ཇི་ལྟར་ཐུག་བསྐལ་གྱི་རྩ་བ་ནི་ནང་རྒྱ་དུ་ཀགས་སེམས་ལ་བྱག་པ་དང་། ཀགས་སེམས་འདི་དག་ཀྱང་གང་ཟག་གི་བདག་ལ་དམིགས་པའི་འཛིན་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་འབྲེལ་ཞིང་། དེ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་སྒྲུང་ཆེར་མི་བརྩི་བ་སོགས་འབྱུང་བ་དང་། འདི་ཡང་ལྟ་བ་ལོག་པ་ལས་བྱུང་བས་རང་རྒྱ་དུ་ཀགས་རྟེན་གྱི་ཉེན་མངས་འདི་དག་དང་བྲལ་བ་འབའ་ཞིག་ལས་བདེ་བ་འབྱུང་ངོ་།

གཉིས་པ། སེམས་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་འཛིན་པ་འཁྲུལ་བ་འདི་དག་དང་དེའི་འབྲས་བུར་གྱུར་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉེན་མངས་ལས་ཐར་བར་རུས་པ་དང་། ཕན་རྐྱབས་ཅན་གྱི་སེམས་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མིག་དང་། རྣ་བ་དང་། སྒྲ་དང་། ལྟེ་དང་། ལྷས་དང་། དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཡིད་འཛོར་བཅས་ལས་བྱུང་བའི་འདོད་ཀགས་འགོག་རུས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བྱས་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉེན་མངས་པའི་རྩ་བ་ཆོད་པར་འབྱུར་རོ།

གསུམ་པ། ཡང་དག་པའི་ཐབས་སྟེ། དངོས་རྒྱུ་རྣམས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྦྱོད་པར་མཁས་དགོས། དེ་ནི་ཟས་གོས་ལ་གཞིགས་ན། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་རང་ཉིད་བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་

དུ་དེ་དག་ལ་མི་སེམས་ཤིང་། ལུས་ཀྱི་འཚོ་རྟེན་འབའ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་དམིགས་པ་ཞིག་དགོས་
 ཏེ། གོས་ནི་རང་ལུས་ཀྱི་གསང་གནས་སྤྱི་ཆེད་དུ་དང་ཚད་ལས་འགལ་བའི་ཚ་གང་ལས་སྦྱོབ་
 པའི་ཆེད་དུ་དང་། ཟས་ནི་བྱང་རྩལ་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་གི་ཐབས་ལམ་ལ་འབད་
 པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལུས་འཚོ་བའི་རྟེན་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟའི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་བསམ་
 སློའི་འཁྲར་སོ་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་མོངས་འབྱུང་མི་བྱལ་པོ།

བཞི་པ། བཟོད་པ་སྟེ། ཚ་གང་གི་གདུང་བ་དང་བཀྲེས་སྒྲོམ་དང་གཞན་གྱི་ཚིག་རྩལ་
 སོགས་ལ་བཟོད་གོམས་བྱེད་པར་མཁས་དགོས་ཏེ། རང་ལུས་བསྟེགས་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་
 ཉོན་མོངས་ཀྱི་མེ་ཞི་བྱེད་ནི་བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་འདི་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལྔ་པ། སྦྱོ་བོ་རྣམས་ནས་དཀའ་ཉེན་འགོག་པར་མཁས་དགོས། དེ་ཡང་མི་མཁས་པས་
 རྒྱལ་ལ་ཤེས་ཀྱི་རྟོག་དང་ཁྱེད་སྒྲོམ་སོགས་ལས་རིང་དུ་གནས་པ་བཞིན། སྦྱོ་བོ་རྣམས་ནས་
 གོགས་པོ་ངན་པ་དང་འགྲོགས་འདྲི་མི་བྱ་ཞིང་སྦྱོ་བོ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདྲོར་བའི་གནས་ངན་
 པར་འགྲོ་བར་མི་བྱ་ལ། བག་ཟོན་དང་། ཐབས་མཁས་ཉམས་སྤྲུལ་ལེན་པས། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་
 གནད་ཆེན་དག་ཏུ་འཁོལ་བའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཞི་བར་འགྱུར་རོ།

༢ འཇིག་རྟེན་འདྲིར་འདྲོད་པའི་ཚོགས་ལྔ་ཡོད་དེ། མིག་གིས་མཐོང་བའི་གཟུགས་ལས་
 བྱུང་བའི་འདྲོད་ཆགས་དང་། རྣ་བས་ཐོས་པའི་སྒྲ་ལས་བྱུང་བའི་འདྲོད་ཆགས། སྒྲས་སྒྲུམས་
 པའི་དྲི་བཟང་ལས་བྱུང་བའི་འདྲོད་ཆགས། ལྗས་སྤང་བའི་རོ་མཚོག་ལས་བྱུང་བའི་འདྲོད་
 ཆགས་དང་། ལུས་ཀྱིས་འཚོར་བའི་རིག་མཚོག་ལས་བྱུང་བའི་འདྲོད་ཆགས་བཅས་ཡིན་ཞིང་།
 འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་སྒྲི་ལྔ་པོ་འདི་དག་ལས་ལུས་ཀྱིས་དགའ་བདེ་ལ་ཆགས་པ་འདི་འབྱུང་ངོ་།

སྦྱོ་བོ་ཤལ་ཆེ་བས་ལུས་ཀྱི་དགའ་བདེའི་རྒྱུ་འགྲོ་བྱེད་པའི་ཉེས་པ་རྣམས་མ་མཐོང་བས་
 དགའ་བདེ་དེའི་རྒྱུ་སྤྲུལ་ཤིང་། དེའི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་པས་རྒྱལ་སྤྲུལ་པོ་ནང་གི་རྟིར་

དྲི་མ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།

འཁོན་པའི་རི་དྲགས་བཞིན་དུ་ཉེས་ལྷང་གི་རྩིར་ཟེན་པར་བྱེད་པ་དང་། དབང་ཤེས་ལྡོ་པོ་ལས་
བྱུང་བའི་འདོད་ཆགས་འདི་དག་གི་སྒོ་ལྡོ་པོ་ནི་ཆེས་ཉེས་ཆབས་ཆེ་བའི་རྩི་ཡིན་ལ། འདི་དག་
གིས་ཟེན་པའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲུལ་སྒོ་དང་ལྷུག་བསྐལ་གྱིས་མཉམ་བས། ལྷུག་
བསྐལ་གྱི་རྩི་འདི་དག་ལས་ཐར་བའི་ལམ་ལ་མཁས་པར་བྱ་དགོས་སོ།

༣ འོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྲུལ་སྐྱང་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་ལས་གཅིག་ཁོ་ན་མིན་དེ།
དཔེར་ན། སྒྲེ་བོ་ཞིག་གིས་སྐལ་གཅིག་དང་། རྩི་མིན་དང་། བྱ་ཞིག་དང་། བྱི་དང་བྱི་སྦྱང་
དང་སྤེལ་བཅས་རིགས་མི་མཐུན་པའི་སེམས་ཅན་དྲུག་འཇུས་ནས། བཅིངས་ཐག་གཅིག་གིས་
གཏགས་དེ་འགོ་དུ་བཅུག་པ་ན། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་རང་གི་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རང་
རང་གི་སྤོང་ཆང་དུ་ཕྱིར་ལོག་བྱ་རྒྱུར་འབད་པ་བྱ་སྟེ། སྐལ་གྱིས་རྩི་སོན་མ་བཅོལ་བར་བྱ་
ལ། རྩི་མིན་གིས་ནི་རྩི་དང་། བྱ་ཡིས་ནམ་མཁར་འཕྱར་བར་བརྩམས་ཞིང་། བྱིས་གོང་
བཅོལ་བར་བྱ་བ་དང་། བྱི་སྦྱང་གིས་བྲག་ཟེ་ཁྲག་གྲོག་སོགས་འཛོལ་བ་དང་སྤེལ་ཤིང་
ནགས་བཅོལ་བར་འགྱུར་རོ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་སོ་སའི་འདོད་པ་བཞིན་འགོ་བར་འབད་པས་
འཐབ་འཛིངས་ཤིག་ཡོང་ངེས་ཀྱང་བཅིང་ཐག་གཅིག་གིས་འདྲིལ་བས་ཤེད་གང་ཆེས་གཞན་
རྣམས་དབང་མེད་དུ་འདྲུང་པར་འགྱུར་རོ།

གོང་གི་གཏམ་བཤད་ནང་གི་སྒོག་ཆགས་རྣམས་ཇི་བཞིན་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱང་མིག་དང་།
ན་བ་དང་། སྒྲ་དང་། རྩི་དང་། ལུས་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དག་ལས་བྱུང་བའི་འདོད་ཆགས་
ཀྱིས་ཚུལ་དུ་མའི་སྒོ་ནས་བསྐྱུ་བར་བྱེད་ཅིང་འཛིན་བར་བྱེད།

གལ་དེ་སྒོག་ཆགས་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བ་གཅིག་ལ་མཉམ་དུ་བཀྱིག་ན་ཆེས་མངལ་གྱི་
བར་དུ་དེ་ལས་གྲོལ་བར་བཅོན་ལ། དེ་རྗེས་ངལ་དེ་ཀྱི་འགྲམ་དུ་ཉོད་སྤོང་བཀྱི་ཞིང་། ཚུལ་དེ་
བཞིན། ཅི་སྟེ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་སེམས་བཅུས་ནས་སྤོང་ཤེས་གཞན་ལྡོ་པོ་ལས་ལྷུག་བསྐལ་

ལྷག་པོ་གང་ཡང་མི་འབྱུང་བ་དང་། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་དུའང་བདེ་བ་མེད་པར་
འབྱུང་རོ།

༤ སྤྱི་བོ་རྣམས་ནི་གང་མ་དང་བསྐྱོད་རར་ཆགས་ཞེན་ལྷག་པར་གཅེས་ལ། འོན་ཀྱང་
གང་མ་དང་བསྐྱོད་ར་དག་ནི་རང་ཉིད་བསྐྱེད་པའི་ཡུང་ཙམ་དུ་ཡལ་འགོ་བའི་སྒྲིམ་དང་འདྲ་
བས། སྤྱི་བོ་རྣམས་ནས་སྤྱིད་ཉམས་དང་། གཞན་གྱི་བསྐྱོད་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྷན་བསྐྱེད་ཅིང་
བདེན་པའི་ལམ་དོར་ན། རིང་པོ་མི་ཐོགས་པར་ངལ་དུ་བ་ནང་རྩྱུང་དེ་འགྱོད་པས་ཟིན་པར་
འབྱུང་བ་དང་། གང་མ་དང་འབྱོར་པ་དང་གནས་སྐབས་ཀྱི་བརྟེན་བདེའི་རྒྱུ་ལྷན་བསྐྱེད་པའི་སྤྱི་བོ་
དེ་ནི་གྱི་ཆེད་སྤྱང་ཆེ་ལྷག་པའི་བྱིས་པ་དང་འདྲ་སྟེ། སྤྱང་ཆེ་མེད་པའི་དུ་རང་ལྟེང་སྐྱེས་སྒྲིམ་
ལ་བཟོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་སྤྱི་བོ་དེ་རྩྱུང་རྩྱུབས་ཆེན་པོའི་དོགས་སུ་སྒྲིམ་མེ་འཕྱང་བ་དང་
འདྲ་སྟེ། སྒྲིམ་མེས་རང་གི་གདོང་ལག་སོགས་ངེས་པར་འཕྲིག་པར་འབྱུང་རོ།

འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་། གཏི་མུག་གིས་བྱུང་བུར་གང་བའི་རང་གི་སེམས་ལ་ཡིད་ཆེས་
སྒྲོས་འགེལ་བྱ་མི་རུང་ཞིང་། དེ་ཉིད་རང་སྤྱང་གང་ཤར་དུ་མ་བཏང་བར་དོད་མ་དུག་པོའི་འོག་
དུ་འཕྲིག་དགོས།

༥ སེམས་མཐར་ཕྱིན་པ་དབང་དུ་འདུ་བ་ཡོང་བ་ཤིན་དུ་ནས་དཀའ་ལ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་
མེད་བྱང་རྩུབ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་གིས་རང་ཉིད་ཐོག་མར་འདོད་ཆགས་ཀྱི་མེ་ཆེན་ལས་
བསྐྱལ་དགོས་ཤིང་། འདོད་ཆགས་ནི་ཁོ་འཛིག་ཆེ་བའི་མེ་བཞིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་རྩྱ་སྐྱེས་པོའི་ཁུར་
པོ་ལྟར་པ་དག་མེའི་གཟེགས་མ་ལ་འང་དོགས་གཞོན་གྱི་དུ་པ་བཞིན། བྱང་རྩུབ་དོན་དུ་གཉེར་
བ་དག་ཀྱང་རྣམ་པ་ཀྱང་དུ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་མེ་འདི་ཉིད་སྤོང་དགོས།

འོན་ཀྱང་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་གཟུགས་བྱུང་དག་གིས་བསྐྱེད་པའི་ནས་རང་གི་མིག་

དྲིམ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།

བདོན་བཀོག་བཀྲིས་པས་ནི་མི་ཡན་ཞིང་། སེམས་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་དབང་འོག་
དུ་ཚུད་ཆོ་འདོད་ཆགས་སོགས་ཚུང་རིགས་རྣམས་རང་འགག་དུ་འཁྱུར་རོ།

སྤྱིར་ན་སྤྲུལ་མེད་བྱང་ཆུབ་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་ལ་སློབ་པར་དགའ་ལ། བྱང་ཆུབ་དེ་ཉིད་
དོན་དུ་གཉེར་བའི་སློབ་ཅོས་མིན་མེད་པ་རྣམས་ལ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་དགའ་ལ། སྤྲུལ་མེད་
བྱང་ཆུབ་མེད་པར་སྐྱེ་འཁྲིའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྤྲུག་བསྐྱལ་ལུ་མཐའ་མེད་པ་མཉུན་དགོས།

གང་གི་ཚེ་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གིས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་སློབ་པ་ན། དེ་ཉིད་འདམ་གྱི་
ཐང་ཆེན་པོའི་བརྒྱན་ཁུར་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་འཁྱེར་བའི་སྤྱང་དག་དང་མཚུངས་ཤིང་། གལ་ཏེ་
རྣམ་གཤེད་མེད་པར་ཅེ་གཅིག་དུ་འབྱུལ་ན། སྤྱང་དེས་འདམ་གྱི་ཐང་བཀྲལ་ཏེ་ངལ་གསོ་བར་
རུས་པ་བཞིན། སེམས་བརྩན་ཏེ་དྲང་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་ཆོ་བགེགས་བྱེད་པའི་འདོད་ཆགས་
ཀྱི་འདམ་ཡང་མི་འབྱུང་ཞིང་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འགག་པར་འཁྱུར་རོ།

༦ སྤྲུལ་མེད་རྫོགས་བྱང་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་ལ་སློབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ནས་ཐོག་མར་རང་
ཞེན་གྱིང་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་སྤོང་དགོས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་སྤྱང་བ་ལ་འང་མོས་
འདུན་ཤུགས་ཆེ་དགོས། འཇིག་རྟེན་གྱི་གསེར་དང་དབུལ་དང་གོ་གནས་ཀྱི་འཕྱོར་བ་ཐམས་
ཅད་ཀྱིས་རྣམ་དགའ་གྱི་ཚོས་དང་ཤེས་རབ་ལ་འགྲན་མི་ཤོད་ལ། ལུས་བདེ་བར་འཛོལ་དང་
རང་ཁྱིམ་དུ་བདེ་སྤྱིད་བསྐྱབ་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ལ་ཞི་བདེ་འབྱེན་པའི་སྤྱད་དུ་ཐོག་མར་རང་
སེམས་དུལ་དགོས་པ་དང་། རང་སེམས་དུལ་བར་རུས་ཆེ་རྫོགས་བྱང་དུ་བགྲོད་པའི་ལམ་རྟེན་
ཅིང་། རྣམ་དགའ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱང་རང་གི་ངང་གིས་འབྱུང་ངོ་།

ཇི་ལྟར་གདེར་ཁ་ལས་གདེར་འབྱུང་བ་བཞིན། རྣམ་དགའ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡང་ལས་
བཟང་པོ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། དག་ཅིང་ཞི་བའི་སེམས་ལས་ཤེས་རབ་འབྱུང་ལ། སྤྱོད་པོ་རྩོག་
ཟིང་ལས་བདེ་བར་བགྲོད་པའི་ཆེད་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲིན་མེ་དང་། དགའ་ལས་ཀྱི་ལམ་སྒྲིན་པ་

ཞིག་དགོས་སོ།

སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་ཐུང་། གཏི་སྤྲུག་སོགས་སྤོང་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི་བཟང་ཞིང་དགེ་ལ། དེ་ཉིད་ཉམས་སྤེལ་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ནི་བཟང་པོའི་བདེ་བ་རྟེན་དོ།

༧ སྐྱེ་བོ་རྣམས་རང་གི་བསམ་སྒྲིལ་ཕྱོགས་སྤེལ་བསྟོད་དེ། ཆགས་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་སྤེལ་བས་སྤར་ལྷག་འདོད་ཆགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སྤང་སེམས་འཆང་བས་ཆེས་ཞེ་ཐུང་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། འཁོན་སེམས་གོམས་པས་དེ་དང་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དེར་སྟེགས་སོ།

སྒྲོ་ཕྱགས་སེམས་ཅན་རྣམས་ནས་མཐའི་རྩ་བ་ལ་བཅག་སྟོན་གྱིས་སྟོན་ཐོག་སོགས་ལ་གཞི་དུ་སྟོན་འགོག་པའི་ཆེད་དུ་ཞིང་པས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྟོན་ཐོག་གི་དུས་སྤྱུགས་རྩར་འཇུག་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནས་ངན་སྦྱོང་དང་། ལྷས་ངན་དག་ལས་རང་སེམས་སྤང་དགོས་པ་སྟེ། དུག་གསུམ་གྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པའི་བསམ་པ་སྤོང་ཞིང་བྱམས་པ་དང་སྤྲིང་རྩེ་བསྐྱེད་པའི་བསམ་པ་སྤེལ་དགོས།

གང་གི་ཆེད་དུ་དཀྱིལ་ཀྱི་ནམ་དུས་ཤར་ཞིང་། སྤང་སྤྲིང་དུ་རྩ་ལྷང་ལོགས་པར་སྤེལ་པ་ན། ཞིང་པ་རྣམས་གྱིས་རང་གི་སྒྲོ་ཕྱགས་སེམས་ཅན་རྣམས་རྩ་ཁར་འཛོལ་བར་བྱེད་ཁྱད་ཀྱི། ད་དུང་སྤང་བཤྭ་རྟོག་ཞིབ་མོ་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྐྱེ་བོའི་སེམས་ལ་འང་མཆུངས་སྟེ། མཐུན་ཀྱིན་གངས་ཆང་གི་དུས་སྤེལ་དེ་ཉིད་ལོགས་པར་སྤང་དགོས།

༨ ཐོན་དུས་ཤིག་ན། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཡུལ་གོ་ཤམ་རྟེན་གནས་པའི་ཆེ་ཡུལ་དེའི་ནང་གི་ཁྱིམ་པ་ཞིག་ཁོས་དེ་གདུག་རྩུབ་ཅན་གྱི་མི་སྣ་འགའ་ཞིག་ལ་སྟོག་དུལ་སྤྲད་དེ་སྟོན་པར་འཕྱུ་སྤྲད་ཀྱི་ངན་གཏམ་བསྐྱམས་པས། ཁྱོང་དེར་སྟོན་པའི་རྩེས་འཇུག་ཆོར་ངན་མེད་

དྱི་མ་ལས་གོལ་བའི་ཚུལ།

ཀྱིས་ཁོང་ཚོར་བསོད་སྦྱོར་ས་ཀྱང་རྟེན་དཀའ་བ་བྱུང་།

དེ་ལ་ཀུན་དགའ་བོས་སྦྱོན་པར་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་བཏབ་སྟེ། ང་ཅག་འདིར་མ་གནས་
པར་གཞན་གྲོང་ཁྱེར་བཟང་བ་ཞིག་ལ་བཞུད་ན་ཡོགས། འདི་ལ་སྦྱོན་པས་བཀའ་སྡུལ་བ།
གཤམ་ཏེ་གྲོང་གཞན་དེ་ཡང་འདི་དང་འདྲ་ན། ང་ཅག་ཅི་བྱ་གསུངས། སྤྲུལ་ཡང་། ཀུན་དགའ་
བོས། གྲོང་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་ཆོག་ཅེས་ཞུས་པར། སྦྱོན་པས་བཀའ་སྡུལ་བ།

ཀུན་དགའ་བོ་འདི་ལྟར་མི་བྱ་སྟེ། འདི་ཉིད་ལ་མཐའ་མེད་ལ། དེ་ལས་གཏམ་ངན་དེ་
དག་རང་སར་མ་འཇགས་ཀྱི་བར་དུ་དེ་ལ་བསོད་བསྐྱར་བསྐྱེད་དེ་གྲོང་འདི་གར་གནས་ན་དགོ་
ལ། དེ་ནས་ཕྱོགས་གཞན་ཏུ་འགྲོ་བར་བཀྱིའོ་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་མཁེ་དང་གྲོང་། བདེན་པ་
དང་རྩུམ། བསྟོད་པ་དང་སྤང་པ། བདེ་བ་དང་སྦྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་ལ། འོན་ཀྱང་རྫོགས་བྱུང་
ལ་སོན་པ་རྣམས་ལ་ནི་འདི་དག་གིས་མི་ཚུགས་ཤིང་། འདི་དག་གྲུབ་མ་ཐག་ཏུ་རང་འགག་ཏུ་
འཐུར་རོ་ཞེས་གསུང་།

ཁ

ཡ་རབས་ཀྱི་སྦྱོད་ཚུལ།

༡ རྫོགས་བྱུང་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་ཏུ་གནས་པའི་སྤྱིས་བྱ་དག་གིས་རྟག་ཏུ་རང་གི་སྒོ་གསུམ་
དྱི་མས་མ་སྤྱགས་པར་གཙང་དག་ཏུ་སྤྱང་དགོས་པ་ཡིད་ལ་བཅངས་དགོས། དེ་ཡང་ལུས་
རྣམ་པར་དག་པར་གནས་པ་ལ། སྤྱིག་གཙོད་པ་དང་། མ་བྱིན་པ་ཡེན་པ་དང་། འོག་གཤམ་
གསུམ་ལས་ཐོག་དགོས་ཤིང་། ངག་རྣམ་པར་དག་པར་གནས་པ་ལ་རྩུན་དང་། ཆོག་རྩུབ།
ཕྱ་མ། ངག་འཆལ་སྤོང་དགོས། དེ་བཞིན་ཡིད་རྣམ་པར་དག་པར་གནས་པ་ལ་བརྒྱབ་སེམས།
གཞོད་སེམས། འོག་ལྟ་གསུམ་སྤོང་དགོས།

གལ་ཏེ། ཡིད་དྲི་མ་དང་བཅས་ན་དེས་བསྐྱལ་བའི་ལས་ཀྱང་དྲི་བཅས་སུ་འགྱུར་བ་
དང་། ལས་དྲི་བཅས་ལས་སྟག་བསྐྱལ་འབྱུང་བས་ལུས་དང་ཡིད་གཉིས་དྲི་མས་མ་བསྐྱེད་
པར་སྒྲིབ་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ནམས་གལ་གནད་ཆེན་པོ།

༢ དེ་ཡང་སྔོན་ལུགས་མོ་འཕྱུར་ཐོན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་ལ་སྤྱིང་ཇེ་ཆེ་བ་དང་།
བག་ཡོད་དང་། ཡ་རབས་ཅན་གྱི་གྲགས་པ་ཆེར་ཐོབ་པ་དང་། དེ་ཉིད་ལ་གཡོག་མོ་ཡིད་བྱུང་
ཞིང་སྤྱིང་རུས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་ལ། ཉིན་གཅིག་གཡོག་མོ་དེའི་བསམ་པ་ལ། ང་ཡི་སྤྱིན་
བདག་མར་གྲགས་པ་བཟང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཉིད་དངོས་འབྲེལ་དུ་རང་བཞིན་བཟང་བ་ཡིན་
ནམ། གནས་སྐབས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་འཛོམས་པས་ཡིན་ཁོ་མོ་དྲོགས་པས། ཅི་ནས་ཀྱང་བདག་
གིས་བརྟག་པར་བྱའོ་སྟུམ།

དེའི་ཕྱི་ཉིན། གཡོག་མོ་དེས་རང་གི་སྤྱིན་བདག་མའི་སར་ཉིན་དགུང་མ་ཟིན་ཙམ་བར་
དུ་མ་བཅར་བས། སྤྱིན་བདག་མ་ཉིད་ཁྱོས་ཏེ་བཀའ་བཀྱོན་ལེགས་པར་བསྐྱབས་པར།
གཡོག་མོས།

ངས་ཉིན་རེ་གཉིས་ཇེས་ལུས་བྱུང་བར་ཁྱེད་ཉིད་མ་བཟོད་པ་བཀྱི་མ་དགོས་ཞེས་སྟུམ།
འདི་ལ་སྤྱིན་བདག་མ་ཉིད་ལྟག་པར་ཁྱོས།

དེའི་ཕྱི་ཉིན། བྲན་མོས་སྒྲར་ཡང་ཕྱི་ལངས་རྒྱབ་པར། སྤྱིན་བདག་མ་ཉིད་ཆེས་ལྟག་
པར་ཁྱོས་ནས་བྲན་མོར་རྒྱགས་པས་ཀྱང་བརྟུངས། འདིའི་གནས་ཚུལ་ཁྱབ་བརྒྱལ་དུ་གྱུར་ཏེ།
དེ་ནས་དེའི་གྲགས་པ་བཟང་པོ་ཡང་ཉམས་པ་རེད།

༣ ཟུ་བོ་མང་པོ་ནི་སྤྱིན་བདག་མ་འདི་ཉིད་དང་འདྲ་སྟེ། མཐུན་ཁྱེན་ཆང་ཞིང་རྒྱས་སྟོས་
ཀྱི་ཆེ། སྤྱིང་ཇེ་ཆེ་བ་དང་། བག་དང་ཐོན་ཞིང་ཡ་རབས་པོར་སྤང་ཡང་། དུས་ཉིན་དང་རྒྱུད་

དྲིམ་ལས་གྲོལ་པའི་ཚུལ།

ཆོག་གི་སྐབས་དེ་ལྟར་སྤྱོད་འབྱུང་གེ་ཚོམ་ཡོད་ལ། སྤྱེས་བུ་དེ་ཉིད་དེ་གང་ཞིག་གིས་རྟག་དུ་
རང་སེམས་དག་ཅིང་ཞི་པར་འཇོག་སྟེ། གཞན་གྱི་ཆོག་ངན་དང་། གཞོད་མྱང་དང་། གཞན་
ཡང་སོ་སོར་བཟའ་བཏུང་དང་གོས་ཁང་གང་ཡོང་མེད་པར་རྒྱུད་པའི་གནས་སྐབས་སྤུང་
བཟང་པོར་སྤྱོད་པ་དེ་ཉིད་དོན་དམ་པར་བཟང་ངོ་།

དེས་ན་གང་དག་རྒྱས་སྤྱོད་དང་མཐུན་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱད་པའི་གནས་སྐབས་འབའ་ཞིག་ལ་
བཟང་པོར་སྤྱོད་ཅིང་། སེམས་ཞི་བདེར་གནས་ལུལ་དུ་བྱེད་པ་དག་ནི་དོན་དམ་དུ་མི་ལེགས་
ཤིག་གང་དག་གིས་དམ་ཆོས་ལ་ཐོས་སྤྱོད་གིས་རང་གི་ལུས་སེམས་ཞི་དུལ་དུ་བྱས་པ་དག་ཁོ་
ན་བཟང་ཞིང་། བག་དང་ཡང་ལྟན་ལ་ཞི་བར་གནས་པའི་སྟེ་བོའོ།

༥ དུས་རྒྱུན་དུ་བཅད་སྤྱོད་བཟུང་པའི་གཏམ་ཆོག་རྣམས་འབྲས་འཚམས་གྱི་སྒོ་ནས་ལྟར་
དབྱེ་སྟེ། (༡) གང་དག་རང་གི་གནས་སྐབས་སྤུང་འཚམས་པ་དང་མ་འཚམས་པ།

(༢) གང་དག་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་དང་མི་མཐུན་པ། (༣) གང་དག་སྤྲན་
པར་བཅོད་པ་དང་དེ་ལྟར་མིན་པ། (༤) གང་དག་པན་རྒྱབས་དང་ལྟན་པ་དང་གང་
དག་གཞོད་ཆབས་དང་ལྟན་པ། (༥) གང་དག་བྱམས་བརྩེའི་རང་བཞིན་ཅན་དང་གང་
དག་མྱང་བའི་རང་བཞིན་ཅན་བཅས་སོ།

རང་ཅག་རྣམས་ནས་ཆོག་ཇི་འདྲ་ཞིག་བཅོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ཡིད་གཟབ་དང་དོ་སྣང་
དང་འདེམས་སྒྲུག་བྱེད་དགོས། གང་ལེགས་ཞེན། ཆོག་འདི་དག་གཞན་གྱིས་ཐོས་ཏེ་དེ་དག་
གི་རང་བཞིན་དང་འཚམས་པར་གཞན་ལ་འབྱུང་ཤོག་སྟེར་ལ། གང་ཏེ་རང་ཅག་གི་སེམས་
རྒྱུད་བརྩེ་བ་དང་བྱམས་པས་གཏམས་ན། གཞན་གྱི་ཆོག་ངག་དག་ལ་ལྟོས་མེད་བཟོད་བསྐྱར་
བསྟེན་ཀུས། དེ་བཞིན་རང་ཅག་རྣམས་ནས་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཁོ་བ་དང་ཆགས་སྤང་སྦྱང་པའི་
ཆོག་ངན་མ་བཅོད་པའི་ཐོག་གཏམ་ཆོག་ཇི་འདྲ་ཞིག་བཅད་སྤྱོད་གཏོང་ཡང་ཐམས་ཅད་བརྩེ་བ་

དང་བྱམས་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པ་ཞིག་དགོས།

དཔེར་ན། སྐྱེ་བོ་ཞིག་གད་ཕྱིད་བཟྱི་བའི་སྤྲད་དུ་ལྷགས་ཁྱེམ་ཞིག་དང་འཆགས་ཟེ་ཞིག་གིས་ཇོ་ཇོར་རྣམས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་གཏོར་བས་ལས་དོན་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ཆོག་གམ་བརྟེན་པ་གཏན་ནས་སྤང་བར་མི་རུས་ཀྱང་། རང་སེམས་དུལ་བར་བྱས་ལ་རང་རྒྱུད་བྱམས་བརྟེན་གང་བར་བྱས་ཏེ་གཞན་གྱི་ཆོག་མ་རུང་བ་དག་གིས་མ་གཤོད་པ་ཞིག་བྱ་དགོས།

སྐྱེ་བོ་གང་ཞིག་ནམ་མཁའ་ཐོན་པའི་སྤྲང་དུ་རྩ་ཆོན་གྱིས་དཔར་འབྲི་བར་བརྩོན་པ་ཡོད་ནའང་། དེ་ནི་གཏན་ནས་མི་སྲིད་ལ། དེ་བཞིན་ཅ་སྐམ་གྱི་མེད་དྲོད་ཀྱིས་རྒྱགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྐམས་པར་མི་རུས་པ་དང་། ལེགས་པར་མཉེད་པའི་ཀོ་ལེབ་གཉིས་བདར་བས་སྤང་སྤྱོད་པོ་མི་འབྱུང་ལ། དཔེ་འདི་དག་རིགས་མཚུངས་པར། སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་སེམས་རྒྱུད་འདུལ་སྤྱོད་གིས་སྤྱི་ཇི་འདྲ་ཐོས་ཀྱང་དེ་དག་གིས་འཆོ་བར་མི་བདུབ་པ་བྱེད་དགོས།

དེ་དག་གིས་རང་སེམས་དུལ་ཏེ། རྩ་ཆེ་བ་ས་གཤི་དང་། མཐའ་མེད་པ་ནམ་མཁའ་དང་། གཏིང་རིང་བ་མཆོ་ཆེན་དང་། ཆེས་འཇམ་པ་ལེགས་པར་མཉེས་པའི་ཀོ་བ་བཞིན་དུ་བྱེད་དགོས།

ཅི་སྟེ་ཁྱེད་ཅག་རང་གི་དག་པོས་ཟིན་ཏེ་མཉར་གཅོད་གཏོང་བར་མི་བཟོད་པ་སྟེ་ན། ཁྱེད་ཅག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་འཇུག་སྲུ་མི་འཇུག་པ་ཡིན་པས། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱལ་འདི་ལྟར་དུ་བྱན་པ་བསྟེན་དགོས་ཏེ། ངའི་སེམས་ནི་གང་གིས་ཀྱང་གཡོ་བར་མི་བྱེད་པའི་མཆུ་ལས་གཤོད་འཆོད་ཆོག་ཀྱང་འདོན་པར་མི་བྱ་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་བརྟེན་ལས་མཆོད་པའི་བརྟེན་སེམས་ཀྱིས་བདག་གི་དག་པོ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ་སྐམ་དུ་སེམས་དགོས།

ལ གཏམ་རྒྱན་ཞིག་དུ་མི་ཞིག་ལ་གོག་མའི་འཆང་གཅིག་རྟེན་དེ། དེ་ཉིད་ཉིན་མའི་

དྲིམ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།

དགུང་དུ་མེས་འཛིག་ཅིང་མཚན་མོར་དེ་ལས་དུ་བ་འབྱུང་བ་མི་དེས་མཐོང་བ་སྐྱེས་བུ་ཤེས་
རབ་ཅན་ཞིག་ལ་དེ་དག་ལ་གང་བྱེད་དགོས་ཞེས་དྲིས་པར། ཤེས་རབ་ཅན་དེས་དེ་ལ། དེ་
ཉིད་གྱི་ཞིག་གིས་བཟླ་གཤིག་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བཤད་པ་བཞིན་མི་དེས་བྱས་པས་དེ་ལས་རིམ་པ་
བཞིན་དུ་སྒོ་རྩ་དང་ཆུའི་བྲ་ལ་དང་། ཅུག་ཞོང་ཞིག་དང་། སྐམ་ཞིག་དང་། རུས་སྤལ་དང་།
གཤེད་མའི་བདུབ་གྱི་དང་། ཤའི་དུམ་བུ་ཞིག་དང་། བམར་འབྲུག་གཅིག་ཀྱང་ཐོན་པ་རེད།
དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བུ་ཤེས་རབ་ཅན་ལ་རིམ་གྱིས་ཞུས་པའི་ལན་དུ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱི་
དགོ་མཚན་འབྲེལ་བ་ཤིང་ཐོག་མཐའ་དོན་དུ་གསུངས་གསལ་ལ། དེ་དག་ལས་འབྲུག་དེ་མ་
གཏོགས་ཆང་མ་འདོར་ལ། འབྲུག་དེ་ལ་གཞོད་འཆེ་མེད་པར་རང་སོར་འཛོག་དགོས་
གསུངས།

གངས་སྐྱང་དེའི་ནང་གི་གྲོག་འཛང་དེས། མི་མཚོན་ཞིང་། ཉིན་མའི་དགུང་དུ་འཛིགས་
པ་དེས་སྐྱེ་བོ་རྒྱམས་ཀྱིས་མཚན་མོར་གང་དུན་པ་རྒྱམས་ཉིན་མོར་ལག་ལེན་དུ་བཀག་པ་
མཚོན་ལ། མཚན་མོར་དུ་བ་འཐོན་པ་དེས། སྐྱེ་བོ་རྒྱམས་ཀྱིས་མཚན་མོར་རང་གི་ཐོན་ཆད་
གང་བྱས་པའི་ལས་བཟང་ངན་རྒྱམས་ལ་དམིགས་པའི་དགའ་བ་གོམས་པའམ་འགྱོད་པ་བྱེད་
པ་མཚོན།

གཞན་ཡང་གངས་རྒྱན་དེའི་ནང་གི་མི་དེས་ཐར་པའི་ལས་འཛོལ་བའི་སྐྱེ་བོར་གོ་ལ།
ཤེས་རབ་ཅན་གྱིས་ནི་ངས་སྐྱས་འཕགས་པ་མཚོན་ཞིང་། གྱིས་ནི་ཤེས་རབ་དང་། གྲོག་
འཛང་ཐོག་བཤིག་བཀྱིས་པས་ཚོགས་བྱང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་འབད་བཙོན་བྱེད་དགོས་པ་
སོགས་མཚོན་པ་དང་།

མ་ཟད། གངས་སྐྱང་ནང་གི་སྒོ་རྩ་དེས་མ་རིག་མོངས་པ་དང་། བྲ་ལས་སྤྱུག་བསྤལ་དང་
ཁོང་ཁོ་དང་། ཅུག་ཞོང་དེས་དྲོགས་པ་དང་མི་བདེ་བ་གོ་བར་བྱེད་ལ། སྐམ་དེས་འདོད་པ་
དང་ཁོང་ཁོ། སྦྱིད་ལྷག་ འབྲུར་ཐོག་ འགྱོད་པ་དང་སྤྱུག་པ་བཅས་ཀྱི་མཛོད་མཚོན་ཞིང་།

རུས་སྤལ་གྱིས་ལུས་དང་སེམས་གོ་ལ། གཤེད་མའི་བདུབ་གྱི་དེ་ནི་དབང་པོའི་སྒོ་ལྔ་ལས་
 འབྱུང་བའི་འདོད་པའི་ཤྱོགས་མཐུན་ཡིན་པ་དང་། ཤའི་རུས་བྱ་དེས་ཐ་མའི་འབྲས་བུ་སྟེ།
 གང་ཞིག་གིས་བརྒྱབ་སེམས་སྦྱང་པར་བྱེད་པ་དེ་མཚོན་ཞིང་། འདི་དག་ཐམས་ཅད་སྦྱོ་བོ་
 རྣམས་ལ་གཞོད་ཅིང་གདུང་བས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་དག་འདོར་དགོས་ཞེས་གསུངས།
 ལྷག་པར་འབྲུག་གིས་འཛིག་རྟེན་པའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་སེམས་མཚོན་
 ཞིང་། གཤེད་སྦྱོ་བོ་ཞིག་གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱི་གྱི་དེས་རང་གི་གཡས་གཡོན་དུ་ཐྱོག་བཞག་
 བཞིད་ན། ཐ་མར་འབྲུག་དང་འཕྲད་ལ། འབྲུག་དེར་གཞོད་འཛེམ་སྟེབས་པར་རང་མོར་
 འཛིག་དགོས་ཞེས་པས། འཛིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་
 སྟེགས་ཤིང་འཛོལ་དགོས་པ་གོའོ།

༦ དེ་ནི་གྲོ་ལའི་མིང་ཅན་གྱི་སྟེན་པའི་རྗེས་འབྲུག་ཅིག་གིས་རང་ཉིད་རྟོགས་བྱུང་ཐོབ་
 རྗེས། རང་གི་ལ་ཡུལ་གོ་ཤམ་རྟེན་སྦྱོ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོན་རང་ལ་ཕན་བདགས་པའི་ཕན་ལན་
 བསབ་དུ་ཕེབས་པས། སྦྱོ་བོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་སྟོན་པར་བྱས།

གོ་ཤམ་རྟེན་གྱི་མིང་མཐར་ཆུ་བོ་གང་གའི་ལུ་ལྷུང་དུ་ལྷམ་རྩ་རྒྱུང་དུ་ཞིག་གིས་བསྐྱར་ཞིང་།
 དེ་ཉིད་བེ་ཏའི་ཤིང་དུ་མའི་གྲིབ་བསེལ་གྱིས་གང་བ་དང་། རྒྱུང་བསེལ་གྱིས་གང་བ་དང་།
 རྒྱུང་བསེལ་གྱིས་བར་མེད་དུ་བསེལ་བར་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་ལ། དབྱར་དུས་ཀྱི་ཆ་བའི་ཉིན་
 ཞིག་ན། དེ་ནི་གྲོ་ལའི་ཤིང་གི་བསེལ་གྲིབ་ཀྱི་འོག་དུ་སྒྲོམ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆོ། རྒྱལ་པོ་
 ལྷ་ཏ་ཡ་ན་རང་གི་བཙུན་མོ་རྣམས་དང་ལྷན་དུ་ཅེད་གར་བསྐྱོད་དེ། རོལ་མོ་དང་ཅེད་བདེ་
 རྒྱུང་བཤེས་ཤིང་བསེལ་གཞན་ཞིག་འོག་དུ་གནལ་ཁྱལ་ནས་བཞུགས།

དེའི་སྐབས་རྒྱལ་པོའི་བཙུན་མོ་རྣམས་བྲན་མའི་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྦྱ་འཆམ་ལ་
 ཕེབས་པས་དེ་ནི་གྲོ་ལའི་སར་འཕྱོར་ལ། དེ་ཉིད་སྟེས་བྱ་དམ་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་རྟོགས་རྗེས་

དྲིམ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།

དེ་ལས་ཆོས་ཉན་པར་འཆལ་དེ། ཆོས་འབོགས་པར་གསོལ་ནས་ཉན་པར་ཞུགས་པ་ན། རྒྱལ་
པོ་མཉམ་མདུན་ནས་བཅུན་མོ་རྣམས་བཅའ་བས་མཐར། སྤྱེས་བྱ་དེའི་མཐའ་བསྐྱར་དུ་ཆོས་
ཉན་བཞུགས་པ་གཟིགས། རྒྱལ་པོ་དེར་ཡུག་དོག་ནས་ཁྲོས་དེ་ཆོག་ངན་འདི་དག་སྤྲུལ། སྤྱེས་
བྱ་དམ་པ་ཁྱེད་འདྲ་བས་བྱད་མེད་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཞུགས་དེ་གདམ་འཆལ་འདི་འདྲ་མཛད་པ་ནི་
བཟོད་པར་དགའ་ཞེས་བཤེད། དེ་གྲོལ་ས་སྤྱན་བཅུམས་དེ་གང་ཡང་མི་སྤྲོ་བར་བཞུགས།

ཆོས་ཁྲོས་པའི་རྒྱལ་པོས་གྱི་བཏོན་ནས་བཞིགས་ཀྱང་། རྩོམ་པོར་ལྟར་གཡོ་བ་མེད་
པར་ཅང་མི་སྤྲོ་བར་བཞུགས་པས། རྒྱལ་པོ་ལྟག་པར་ཁྲོས་དེ་གོག་འཆང་ཞིག་གཏོར་ནས་
གོག་མ་དང་བཅས་པའི་ཐལ་བ་བཏོར་ཀྱང་། ཅང་མི་སྤྲོ་བར་དྲིང་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་
སྟེ། ཆོག་ངན་དང་ངལ་བ་དེ་དག་ལ་བཟོད་པ་བསྟེན་ནས་བཞུགས།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་གྲོལ་བ་བཟོད་གསོལ་ཞུས། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་པོའི་
རྒྱལ་ཁང་དུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པར་གོས་རྟེད། དེ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་བཅལ་དུ་
སོང་།

༧ ཉིན་ཤས་རྗེས་རྒྱལ་པོས་ཕིན་གྲོ་ལའི་སར་ནགས་ཀྱི་མཚམས་ཁང་དུ་བཅར་དེ་དྲི་བ་
འདི་ལྟར་མཛད། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་ཇི་ལྟར་ན་ཕྱོག་པའི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་སྤྱན་
གཞོན་ཀྱུང་སྐབས་སུ་འང་རང་རང་གི་ལྷས་སེམས་གཉིས་འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་ཉེས་པས་མ་གོས་
པར་བཟུང་བ་ལགས་ཞེས་དྲིས་པར། དེ་གྲོལ་ས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་དེ་འདི་ལྟར་སྤྲུལ།
སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་གུས་ཅག་ལ་བྱད་མེད་རྣམས་ལ་གུས་ཤིང་མོས་འདྲད་བྱེད་དགོས་པ་དང་།
རང་ལས་ཀྱན་པ་རྣམས་ལ་མའི་འདུ་ཤེས། རང་དང་མཉམ་པར་གཅེན་མོ་དང་། རང་ལས་
རྒྱུང་བར་རང་གི་བྱ་མའི་འདུ་ཤེས་དགོས་པར་གསུངས་པ་འདིས་ཕྱོག་པའི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་
ཀྱི་ལྷས་སེམས་དག་ཅིང་དྲི་མ་དང་བྲལ་བར་བྱེད་ཅེས་གསུངས།

འདི་ལ་སྐར་ཡང་རྒྱལ་པོས། སྐར་ན་རང་ལ་ཉེས་ཏེ་ཆེ་མཉམ་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་བུད་མེད་
ལ་དམིགས་པའི་བློ་དྲིམ་ཅན་སྤྱེ་བ་ཡོད་པས། ཇི་ཉམ་ན་སྤྱོད་པའི་རྩེས་འཇུག་པ་དག་གིས།
རང་སེམས་དུལ་བར་བྱེད་ཅེས་དྲིས།

དེའི་ལན་དུ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ནས། སྤོན་པས་ཁུ་ཅག་གི་ལུས་འདི་ཉིད་ཁྱག་
དང་རྒྱག་དང་། རྩལ་རྩུ་དང་། བཙོག་སྐྱམ་སོགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་དྲན་དགོས་པར་བཀའ་
སྤྱུལ་བ་བཞིན་འདི་ཉམ་བསམ་ན་གཞོན་ཏུ་ཡིན་ཀྱང་རང་སེམས་དྲིམས་མ་གོས་པར་འཇོག་
རྒྱས་ཞེས་གསུངས།

འདི་ལ་སྐར་ཡང་རྒྱལ་པོས་ཕིན་གོ་ལར་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ནས། བྱེད་ཅག་
འདི་དག་ལ་ཆེས་གོམས་ཤིང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྩལ་ཆེ་བས་བྱ་སྤྱུ་བ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་གང་
དག་ལ་ད་ཕན་གོམས་པ་མ་བྱུང་བ་དག་ལ་ནི་དཀའ་ལ། དེ་དག་གིས་མི་སྐྱུག་སྒྲོམ་པར་
བརྩམས་ནའང་རང་དབང་མེད་པར་སྐྱུག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འོང་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་དུ་
མི་འོང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པར་བརྩམས་ན་ཡང་དབང་མེད་དུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འོང་
བས། ཅི་ནས་ཀྱང་སྤོན་པའི་རྩེས་འཇུག་གཞོན་ཏུ་དག་གིས་ལས་དག་པ་ལ་སྦྱོད་བྱུབ་པའི་རྒྱ་
མཚན་གཞན་ཡོད་དགོས་སོ་ཞེས་ལུས།

དེའི་ལན་དུ་ཕིན་གོ་ལས་སྐྱུས་པ། སྤོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པས་ཁུ་ཅག་ལ་དབང་
པོའི་སྒོ་ལ་བསྐྱུང་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་གི་ཆེ་མིག་གིས་གཟུགས་བཟང་བ་མཐོང་བ་
དང་། རྣ་བས་སྐྱ་སྐྱ་པ་ཐོས་པ་དང་། སྐྱས་དྲི་ངད་བསྐྱམས་པ་དང་། ལྗས་རོ་མཚོག་མྱོང་བ་
དང་། ལུས་ཀྱི་རྟེག་མཚོག་མྱོང་བ་དང་། དེ་དག་ལ་ཡིད་མ་ཆགས་པར་གནས་དགོས་པ་དང་།
དེ་བཞིན་ཡིད་མི་འོང་ལས་ཀྱང་ཆེས་བྲལ་འདོད་པའང་མི་བྱ་ཞེས་ཏེ། དབང་པོའི་སྒོ་ལ་ལེགས་
པར་བསྐྱམ་དགོས་ཞེས་གསུངས་ལ། གསུང་འདི་ཉིད་ལས་སྤོན་པའི་རྩེས་འཇུག་གཞོན་ཏུ་
རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་གི་ལུས་ངག་ལེགས་པར་སྦྱང་བའང་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

དེ་མ་ལས་གོ་པ་བའི་ཚུལ།

དེ་ནས་རྒྱལ་པོས་སྤྲོས་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་ནི་དོན་དམ་པར་ངོ་མཚར་ཆེན་པོ་
ལགས་ལ། རང་གིས་རང་མ་སྤྲུང་ཕྱིན་ཆད་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བའམ་བཟང་བ་མཐོང་བ་ན་དེ་
དག་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་གསུང་བ་ནི་རང་རང་གི་སྤོང་བའི་ལམ་ནས་ཤེས་ཤིང་། དེ་བས་ན།
རྒྱུན་དུ་རང་གིས་ཅི་བྱས་པའི་ལས་དག་པ་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་རང་གི་དབང་པོ་ལྔ་པོ་སྤྲུང་དགོས་
ཞེས་གསུངས།

༤ དུས་ནམ་ཡང་སྤྱེ་བོ་ཞིག་གིས་རང་གི་བསམ་དོན་ཇི་བཞིན་གྱི་ལས་གང་བྱེད་ཀྱང་།
དེའི་ཡང་ལན་དུ་ལས་ཞིག་འོང་སྟེ། དཔེར་ན། སྤྱེ་བོ་གཞན་ཞིག་གིས་རང་ལ་ཆོག་ངན་སྤྲོས་
པས། དེ་ལ་དགྲ་གཤམ་ངན་ལན་སློག་འདོད་འབྱུང་བ་བཞིན། འདི་རིགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་
གཟབ་དགོས་ལ། འདི་ནི་རྩུང་ལ་མཆིལ་མ་གཏོར་བའམ། ཐལ་བ་འཕྱག་པས་རང་ལས་
གཞན་སྤྲུང་མི་གཞོད་པ་བཞིན་ལགས་པ་མ་ཟད། གཞན་ལ་གཞོད་སེམས་འཆང་བ་དག་
ལའང་བྱུང་ཉེས་གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་ངོ་།

༥ སྤྱིར་ན། ཆགས་སེམས་འདོར་ཞིང་ཕན་སེམས་འཆང་བས་ལེགས་ཀྱང་། དེ་བས་རྟག་
དུ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམས་ལ་གུས་ཤིང་བཀྱར་བའི་སེམས་འཆང་བ་ཤིན་དུ་ལེགས་པོ་
ཡིན་ལ།

བདག་གཅེས་ཀྱི་སྤྱོད་རྣམས། དེའི་གོ་སར་གཞན་ལ་གཅིག་དུ་ཕན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་
པ་ཞིག་དགོས་ལ། གཞན་ལ་ཕན་པའི་ལས་ཀྱིས་གཞན་དག་ཀྱང་ཕན་ལས་ལ་འཇུག་པར་
བསྐྱེད་ཞིང་། དེའི་ཚུལ་གྱིས་ལས་འདི་ལྟ་བུ་ལས་བདེ་བ་སྤྱེ་བ་ཡིན་ནོ།

སློན་མེ་གཅིག་ལས་སློན་མེ་སྤོང་ཕྱག་མང་པོ་སྤར་བྱལ་ཅིང་། དེ་ལས་སློན་མེ་གཅིག་པོ་
དེའི་ཡུན་ཚད་མི་བྱང་བ་བཞིན་དུ། གཞན་དག་དང་བདེ་བ་མཉམ་སྦྱོང་བཞིན་པས་རང་གི་

བདེ་བ་ཅུང་དུ་འགྲོ་བའི་གནས་མེད་དོ།

སྤྱི་མེད་ཚོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་གིས་ལམ་གྱི་གོ་རིམ་ལ་གནམ་མཐུང་དགོས་ལ།
རང་གི་དམིགས་ལུལ་ཇི་ལྟར་ཟབ་ཀྱང་སྤྱི་གོ་རིམ་གྱིས་འཕྲོ་བ་དགོས་པས། སྤྱི་མེད་ཚོགས་
བྱང་དུ་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པར་དུས་རྒྱུན་དུ་སློབ་དགོས།

༡༠ ཚོགས་བྱང་དུ་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མར་བགྲོད་པར་དཀའ་བའི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་
འགལ་རྟེན་ཉི་ཤུ་པོ་བསལ་དགོས་ལ། དེ་དག་ནི། (༡) དབུལ་པོར་སྦྱིན་དཀའ་བ།
(༢) དྲེགས་པ་ཅན་གྱིས་ལམ་སློབ་དཀའ་བ། (༣) རང་སློག་སློམ་བཏང་གིས་ལམ་
ལ་སློབ་དཀའ་བ། (༤) སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་དུས་སྦྱུང་དཀའ་བ།
(༥) དམ་པའི་ཚོས་དང་འཕྲད་དཀའ་བ། (༦) ལུས་ཀྱི་གོམས་སྦྱོང་ལས་ཐོག་མེ་
སེམས་དག་པར་གནས་དཀའ་བ། (༧) སྦྱུག་པ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དངོས་པོར་ཆགས་
པ་དང་བྲལ་དཀའ་བ། (༨) ཤེད་ཅན་དག་གིས་འདོད་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཤེད་ཀྱིང་ན་
ཅུལ་ལས་བྲལ་དཀའ་བ། (༩) གཞན་གྱི་གནོད་པར་ཁོ་བ་དང་བྲལ་དཀའ་བ།
(༡༠) འཕྲལ་གྱི་རྟེན་ལས་ཉེས་པར་མ་སྦྱོང་པར་གནས་དཀའ་བ། (༡༡) ཟབ་པ་
དང་རྒྱ་ཆེའི་རིས་གནས་སློབ་དཀའ་བ། (༡༢) སློགས་པར་ཐུག་པར་བརྟེན་པར་ཐོད་དཀའ་
བ། (༡༣) ལྷན་སེམས་བྱ་དཀའ་བ། (༡༤) དགེ་བའི་གོགས་དང་འཕྲད་དཀའ་བ།
(༡༥) ཚོགས་བྱང་དུ་བཀྱི་བའི་སྦྱོང་པར་རིང་དུ་གནས་དཀའ་བ། (༡༦) ཕྱིའི་རྒྱ་
རྟེན་གྱིས་གནོད་མེད་དུ་ཐོད་དཀའ་བ། (༡༧) གཞན་གྱི་རུས་པ་དང་མཆོམས་པར་སློབ་
སྟོན་བྱ་དཀའ་བ། (༡༨) སེམས་ཞི་བར་གནས་དཀའ་བ། (༡༩) བདེན་པ་བརྒྱན་གྱི་
ཚིང་ལེན་བྲལ་དཀའ་བ། (༢༠) ཐབས་ལམ་བཟང་པོ་རྟོག་དཀའ་བ་བཅས་སོ།

དྲིམ་ལས་ཐོལ་བའི་ཚུལ།

༡༡ སྐྱེ་བོ་བཟང་ངན་ནི་རང་གཤིས་ལས་འབྱེད་ལ་སྐྱེ་བོ་ངན་པས་ལས་མི་དགེ་བར་མི་
དགེ་བ་ཡིན་པ་ངོས་མི་འཕྲོད་ཅིང་། ངོས་འཕྲོད་ཀྱང་དེ་དག་ལས་ཀྱང་གིས་མི་ཆོད་པ་མ་ཟད།
སྤང་དོར་གྱི་ལམ་སྟོན་དག་ལ་འང་ཐུང་བར་བྱེད། སྐྱེ་བོ་བཟང་པོ་དག་ནི་དགེ་སྤྲུལ་གི་གནས་
ལ་ཡིད་གཏད་ཅིང་། གནས་མིན་དུ་ཤེས་ཅམ་ནས་དེར་མི་སྦྱོད་པ། སྤང་དོར་སྟོན་པ་དག་
ལ་འང་ཤིན་དུ་གུས་ཤིང་འདུད་པར་བྱེད།

དེས་ན་སྐྱེ་བོ་བཟང་ངན་ནི་གཞི་རྩ་ནས་ཁྱད་པར་ཆེ་ཞིང་། ངན་པས་བཀྲིན་ཅན་ལ་མི་
བརྩི་ལ། འོན་ཀྱང་བཟང་པོས་ནི་དེ་དག་ལ་གུས་ཤིང་བཀྱར་བ་དང་། རང་ལ་རྩུང་ཟད་ཕན་
བདགས་པའི་ལན་དུ་རིས་སྤུ་མ་གཅོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལ་དྲིན་ལན་མཇུག་གང་ཐུབ་
བྱེད་དོ།

ག

གནའ་སྤྱང་གི་ལམ་ནས་དྲངས་པའི་ལེགས་བཤད།

༡ སྤུ་མོའི་དུས་ཤིག་ན་ཡུལ་གྱི་གོམས་སྤོལ་དུ་ཆུན་བཤེས་ཆོ་གིན་དུ་དཀའ་བའི་བྲག་
སྤྱིབས་ཐག་རིང་དུ་བསྐྱལ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཤིག་ཡོད་ལ།

འོན་ཀྱང་ལུང་པའི་སྟོན་པོ་ཞིག་གིས་གོམས་སྤོལ་དེ་དང་མཐུན་པར་རང་གི་ཕ་ཆུན་དེ་
ཁྱང་བསྐང་གཏོང་འདུན་ཆེས་མ་སྐྱེས་པས། ས་འོག་དུ་གསང་བའི་ཐོག་ནས་བྲག་ཁུང་ཞིག་
བཙོས་ཏེ། དེར་གསོ་སྦྱོང་བྱས།

ཉིན་ཞིག་རྒྱལ་པོའི་སྤྱི་མདུན་དེར་ལྷ་ཞིག་འོངས་ཏེ། རྒྱལ་པོར་བཀའ་འདྲི་འདི་ལྟར་
བྱས། འདིར་སྤུལ་གཉིས་ཡོད་པ་འདི་དག་གི་པོ་མོའི་དབྱེ་བ་ཇི་ཡིན། ཅི་སྟེ་བཀའ་ལན་རྒྱལ་
མཐུན་གསུངས་མ་ཐུབ་ཆེ་ཡུལ་ལུང་ཐམས་ཅད་རྩ་གཏོར་དུ་འགྲོ་བའི་ལེགས་གསུངས།

ཚུལ་པོས་གཙོས་པའི་ཚུལ་ཁང་ནང་གི་སྤྱོད་པོ་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་དཀའ་རྙེད་ཀྱི་དེ་བསལ་མ་
ཐུབ་པས། སྤྱོད་པོ་ལྟར་པར་ལུས་པ་དེར་ཚུལ་པོས་བྱ་གཞུང་པོ་ཞིག་ཅུལ་རྒྱུ་ལྟའི་ལལ་
བཞེས་བྱུང་།

སྤྱོད་པོ་དེས་རང་གི་པའི་གསང་གནས་དེར་བསྐྱོད་དེ། དཀའ་རྙེད་ཀྱི་དེ་བསལ་བའི་
ཐབས་ལུས་པས། སྤྱོད་པོ་དེར་། འདི་ནི་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་པོ་ལྟར་པོ་ལྟར་གདན་
འབོལ་པོ་ཞིག་གི་སྤྱོད་པོ་འཛོལ་ལ། དེ་གཉིས་ལས་གང་འགྲུལ་ཞིང་བསྐྱོད་པ་དེ་པོ་དང་དེ་
ལས་གཞན་གཞི་མེད་སྤྱོད་པ་དེ་མོ་ཡིན་མོ་ཞེས་གསུངས། ལན་དེ་བསྐྱམས་ཏེ་སྤྱོད་
པོ་དེས་ཚུལ་པོའི་སར་བཅར་ཏེ་དཀའ་རྙེད་ཀྱི་དེ་བའི་བར་བསལ།

དེ་རྒྱུ་ལྟར་དཀའ་གནད་ཅན་གྱི་དྲི་བ་གཞན་མང་པོ་བྱས་ཀྱང་། ཚུལ་པོ་སྤྱོད་པོ་
ཀྱིས་ལན་མ་ཐེབས་ཤིང་། ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པོ་དེའི་བརྒྱུད་ནས་སྤྱོད་པོ་དེར་དྲི་ཅད་ཀྱིས་ཚུལ་
མཐུན་ལན་འདེབས་བྱས།

དཔེར་མཚན་ན། དྲི་ལན་ལ་ཤས་གཤམ་དུ་གསལ་བ་བཞིན་ཏེ། དྲི་བ། གཉིད་ལྷག་
བཞིན་དུ་གཉིད་ལས་སད་པ་དང་། གཉིད་ལས་ལྡང་བཞིན་དུ་གཉིད་ལས་གནས་པའི་སྤྱོད་པོ་དེ་
སུ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་ནི་རྫོགས་བྱུང་དུ་བསྐྱོད་པའི་ལམ་ལ་སྤྱོད་པོ་ལྟར་པོ་ལྟར་ལ། དེ་ནི་རྫོགས་
བྱུང་ལ་དོན་གཉེར་མི་བྱེད་པའི་སྤྱོད་པོ་ལྟར་ཏེ་དུན་པར་གནས་ཤིང་། རྫོགས་བྱུང་དུ་འཁོད་
ཟིན་པ་དག་ལ་ལྟར་ཏེ་མནལ་ལ་གནས་པའོ།

དྲི་བ། སྤྱོད་པོ་ཞིག་གི་ལྷིང་ཆད་ཇི་ལྟར་མཇུག་དགོས་སམ།

ལན། སྤྱོད་པོ་དེ་ཉིད་ཀོ་བ་ཞིག་གི་ནམ་དུ་སྤྱོད་པོ་ཀོ་བ་དེ་ཉིད་ཇི་ཅམ་གྱི་བར་ཆུ་ནང་
བྱིང་བའི་ཆད་འཇུག་ལ། དེ་ནས་སྤྱོད་པོ་ལྟར་བཏོན་ཏེ། ཆབ་དུ་བྱིང་ཆད་མཉམ་པའི་རྩ་
སྤྱོད་ལ། དེ་ནས་རྩ་དེ་དག་གི་ལྷིང་ཆད་འཇུག་དགོས།

དྲི་མ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།

དྲི་བ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་ལས་ཐོར་བ་གང་གི་རྒྱ་མང་ཞེས་པའི་གཏམ་རྒྱུན་གྱི་དོན་ཅི་ཡིན།
ལན། རྒྱ་ཐོར་བ་གང་ལས་མེད་ཀྱང་། བཟང་ཞིང་གཅིག་དུ་ཕན་པའི་སེམས་ཅན་གྱིས་
རང་གི་ཕ་མ་འམ་ནད་གྱིས་མཉམ་བའི་སྤྱོད་ཐོར་སྤྱིན་ན། དེ་ལས་རང་ལ་གཅིག་དུ་འམ་དུས་
རྟག་དུ་དགེ་བའི་བསོད་ནམས་འབྱུང་ལ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་ནི་ནམ་ཞིག་ན་ཟད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་
ཡིན།

དེ་རྗེས་ལྷ་དེས་ཤིན་དུ་བཀའ་པའི་སྤྱོད་ཐོ་ཞིག་དུ་སྤྱུལ་ཏེ་འདི་ལྟར་དྲིས། ང་ལས་བཀའ་
པའི་སྤྱོད་ཐོ་འཇམ་གཉིས་ཀྱི་འདིར་ཡོད་དམ། དེའི་ལན་དུ། སྤྱོད་ཐོ་གང་ཞིག་རང་ཤེས་ཆེ་ཞིང་།
འདོད་པ་ཆེ་བས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་སུ་མི་འགྲོ་བ་མ་ཟད། རང་གི་གཅེས་པའི་ཕ་
མ་དང་དགེ་བའི་གཤེས་གཉེན་ལ་འདུག་གསུམ་ཤིང་མཆོད་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཁྱེད་ལས་ཆེས་
བཀའ་པ་མ་ཟད། ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་ལྷང་སྟེ་གཏན་དུ་བཀའ་པས་གདུང་དོ་ཞེས་གསུངས།
དྲི་བ། ཤིང་ཀར་ཏ་ནའི་པང་ལེབ་འདིའི་རྩ་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་མཐའ་གང་ཡིན་ནམ།
ལན། པང་ལེབ་འདི་ཉིད་རྒྱ་སྤྱོད་དུ་བཞག་པ་ན་མཐའ་གང་ཞིག་རྩུང་ཟད་བྱིང་བ་དེ་
ཡིན།

དྲི་བ། འདིར་གཟུགས་དབྱིབས་དང་གཟུགས་ཆད་མཉམ་པའི་རྟ་གཉིས་ལས་གང་ཞིག་
མ་དང་གང་ཞིག་ཐུག་གྱུ་ཡིན་ནམ།

ལན། དེ་དག་ལ་རྩ་སྐམ་སྟེར་དང་། མ་དེས་ཐུག་གྱའི་ཕྱོགས་སུ་རྩ་ཤུག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་
བཏབ།

དཀའ་རྙེག་ཅན་གྱི་དྲི་བའི་ལན་རེ་རེས་རྒྱལ་པོ་ལྷ་དང་བཅས་པ་མཉེས་པར་བྱས།
ལན་འདི་དག་ཀྱང་རང་གི་བྱས་གསང་གནས་སུ་སྤྲས་པའི་ཕ་རྒྱན་ལས་བྱུང་བ་མཁྱེན་ཏེ་རྒྱལ་
པོ་ཐུགས་མཉེས་ཏེ་རྒྱན་བཀའ་ཆོ་ཐག་རིང་རི་སུལ་དུ་སྦྱོད་པའི་ཡུལ་ཁྲིམས་ཕྱིར་འཐེན་བཀྱིས་
ནས་དེ་དག་ལ་བརྟེན་བས་སྦྱོངས་དགོས་པའི་བཀའ་ཁྲབ་ཀྱང་རྩལ་དོ།

༢ སྔོན་རྒྱ་ཤར་སྒེ་རྩའི་བཙུན་མོའི་མནལ་ལམ་དུ་སྤྱང་པོ་ཆེ་མཆེ་བ་དུག་ཅན་ཞིག་རྩིས་
པ་ན། མཆེ་བ་དེ་དག་ལ་ཆེས་ཆགས་ནས་རྒྱལ་པོར་དེ་དག་སོན་ཐབས་ལུས། ལག་དུ་སོན་
པར་དགའ་བར་སྤང་ཡང་བཙུན་མོར་ཆེས་བརྩེ་བས། རྒྱུ་པ་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟའི་སྤྱང་
པོ་ཆེ་རྩེད་པའི་གནས་ཚུལ་སྤྲོད་ཆུང་ལུ་མཁན་སྤྱུང་ཡང་དེར་བྱ་ག་ཆེན་པོ་ཞིག་བཙལ་རྒྱ་
རྒྱལ་པོས་ཞལ་བཞེས་མཛད།

དེའི་དུས་སྤྱི་ཉི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་གནས་པའི་སྤྱང་པོ་ཆེ་མཆེ་བ་དུག་དང་ཡན་ཞིང་།
རྩོགས་བྱང་གི་ལམ་ལ་སློབ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཉིན་ཞིག་རྒྱུ་པ་ཉེན་ཆ་བས་
ཚུད་པ་ཞིག་གི་སློག་བསྐྱབས་ཏེ་བདེ་བར་བཀོད། རིན་ཀྱང་རྒྱུ་པ་དེ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་དགའ་ཆེན་
པོས་བསྐྱས་ནས་སྔོན་གྱི་བཀྲིན་བཞེད་ནས་སྤྱང་པོ་ཆེ་དེ་གསོད་དུ་བྱིན།

རྩོགས་བྱང་ལ་མོས་པ་ཤེས་ཏེ་རྒྱུ་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་གཟུགས་སྤྱུ་བཙུས། དེ་ནས་སྤྱང་
པོ་ཆེ་དེར་དུག་མདའ་བསྐྱར་ཏེ་འགྲུག་པ་ལ་མངོན་དུ་བྱོགས་པའི་ཆོ། རྒྱུ་པ་དེ་ཉིད་འདོད་
ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ་ཤེས་ཏེ་སྤྱིང་རྩེ་ལྷག་པར་སྐྱེས། ཁོས་པའི་སྤྱང་པོ་ཆེ་གཞན་གྱིས་རྒྱུ་པ་
དེ་གསོད་དུ་འོང་བ་མཐོང་བ་ན་རང་གི་བརྒྱ་འོག་དུ་བཙུག་ཏེ་སྐྱབས། དེ་ནས་རྒྱུ་པ་དེར་རྒྱ་
མཚན་ཅིས་བྱ་སྤྱོད་དེར་ལྷགས་སམ་ཅེས་དྲིས་པར། རྒྱུ་པས་དྲང་བདེན་དུ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་ག་
དང་སྤྱང་པོ་དེའི་མཆེ་བ་དུག་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེས་ཚུལ་སོགས་ལུས་པས། རང་གི་མཆེ་བ་རྣམས་
ཤིང་སྤོང་ལ་བརྟེན་ཏེ་ལྷུང་ས་ནས་རྒྱུ་པ་དེར་སྐྱིན། དེ་ནས་འདི་ལྷར་སྐྱེས། སྐྱིན་པ་འདིས་
བདག་གི་ཉམས་ལེན་རྩོགས་པས། ད་ནི་དག་པའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་ལ། གང་གི་ཆེ་བདག་ཉིད་འཛང་
རྒྱ་བ་ན། ཞེད་ཉིད་འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁོ། གཏི་མུག་གི་དུག་མདའ་གསུམ་ལས་བདག་གིས་
བསྐྱལ་བར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་སོ།

༣ ཡང་དྲིམ་ལ་ཡའི་རི་མཐའ་དུ་གནས་ཆང་ཆོག་སྤྲུགས་པོ་ཞིག་གི་ནང་། སྔོན་བྱ་བྱེད་

དྲིམ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།

རི་དྲགས་དུ་མ་དང་ལྷན་དུ་ནི་ཚོ་ཞིག་ཀྱང་གནས་ཤིང་ཉིན་གཅིག་རྒྱུང་ཆབ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་
ཀྱེན་ལས་སྒྲུག་ཤིང་ཕན་ཚུན་བརྒྱུད་ནས་ནགས་ལ་མེ་འབར་དེ། སྒྲིག་ཆགས་ཐམས་ཅད་སྒྲུག་
བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བ་མཐོང་ནས་སྤྱིང་རྒྱུས་པ་དང་། ཤིང་ནགས་དང་སྒྲུག་མའི་ཚོགས་ལས་
རང་ཉིད་ཐར་བའི་ཕན་འདོགས་ཇི་བྱུང་གི་བཀྲིན་གསལ་པའི་ཆེད་དུ་རང་གི་རུས་ཚོད་དང་
བསྒྲུག་དེ་ཐབས་ཤེས་ཇི་ཡོད་བྱས་དེ། རང་གི་ཉེ་འཁོར་གྱི་རྒྱུང་དུ་བཞུགས་ནས་མེ་མཆེད་པའི་
སྤྱིང་དུ་འདབ་གཤོག་བརྒྱབ་སྤྱད་གྱིས་མེ་གསོད་ཐབས་བྱས། བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་འདི་
ཉིད་ལ་ཡང་ཡང་འཇུག།

གཞན་ཕན་དང་སྤྱིང་རྒྱུད་ཤིའི་བསམ་པ་དེ་དག་མཁྱེན་པའི་ལྷ་ཡུལ་ནས་ལྷ་ཞིག་འོངས་དེ་ནི་
ཚོར་འདི་ལྟར་དུ་སྤྲུལ། ཁྱེད་གྱི་སེམས་ཤུགས་ཆེ་ཡང་། མེ་ཆེན་པོ་འདི་ལྷ་བྱུང་དུ་རྒྱུད་
ཐིགས་པ་བཏབས་པས་ཅི་ཕན་ཞེས་དྲིས། དེའི་ལན་དུ་ནི་ཚོས། གཞན་ཕན་བརྩོན་པ་དྲག་
པོས་མི་འབྲུག་པ་གང་ཡང་མེད་ལ། ངས་ད་ལྟ་དང་སྤྱིང་བ་ཕྱི་མར་ཡང་འབད་པར་བྱའོ་ཞེས་
ལན་བཏབ་པས། ལྷ་དེ་ངོ་མཚར་དེ་དེ་གཉིས་མཉམ་རུ་བ་གྱིས་མེ་དེ་བསད་དོ།

༤ སྤྱོན་དྲིམ་ལ་ཡའི་རི་སྒྲུལ་དུ་བྱ་མགོ་གཉིས་ལྷན་ཞིག་ཡོད་ལ། ཉིན་ཞིག་མགོ་གཅིག་
གིས་ཤིང་དྲོག་མངར་མོ་ཐོས་པ་མཐོང་བ་ན། མགོ་གཞན་དེ་མ་བཟོད་ནས་སྤྲུལ་པ། ཅི་སྤྱི་
ཁྱོད་དེ་འདྲ་ཟ་ན། ང་ཡང་དྲག་ཅན་གྱི་ཤིང་དྲོག་གཅིག་ཟའོ་སྤྲུལ་པས་ཐོས་པ་ན་བྱ་དེ་ཉིད་
ཤིའོ།

༥ ཡང་དུས་ཤིག་ན། སྒྲུལ་ཞིག་གི་མགོ་དང་མཇུག་མ་གཉིས་ཀྱི་དབར་རྟོག་གླིང་བྱང་སྤྱོད་
མཇུག་མའི་མགོ་ལ་བརྐྱེད་གསལ། ཁྱེད་གྱིས་རྟོག་དུ་སྤྱོད་འདྲེན་བྱེད་པ་ནི་མ་འོས་པས།
མཚམས་རེར་ང་ལ་ཡང་སྤྱོད་འདྲེན་བྱ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་སྤྱིན་དགོས་ཞེས་ཚིད་པ་བསྒྲུངས། དེ་ལ་

མགོས། ངས་མགོ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རང་བཞིན་ནམ་ཚེས་ཉིད་ཀྱིས་སྤབས་ཀྱི་ཡིན་པ་དང་། ངས་ཁྱེད་
དང་ཡང་གོས་བཞེ་བར་མི་ཉུས་སོ་ཞེས་བཞེད།

འོན་ཀྱང་ཅོད་གྲོང་དེ་མུར་ཞི་འགྲིགས་མ་བྱུང་སྤབས་ཉིན་གཅིག་མཇུག་མས་ཤིང་ཞིག་
གི་ལོགས་སུ་འཁྲིལ་དེ་བསྐྱད་པས་མགོར་འགོ་བསྟོད་མ་བཅུག། བམར་མཇུག་མར་སྒྲེ་འདྲེན་
ཀྱི་གོ་སྤབས་སྤྱིན་པ་ན། སྤལ་དེ་མའི་འོབས་ཤིག་དུ་གཟགས་དེ་སྤལ་འཇིག་པར་གྱུར།

འཇིག་རྟེན་འདིར་བམས་ཅད་ལ་རང་བཞིན་གྱི་གོ་རིམ་ཡོད་ཅིང་། གོ་རིམ་དེ་དང་
མཐུན་པར་བམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་ལས་ཀྱང་ཡོད་ལ། ཅི་སྟེ་གང་ལྟར་ཡང་གོ་རིམ་དེ་ལས་ཐོག་ན།
བྱེད་ལས་དེ་ཡང་ཐོག་པ་མ་ཟད། གོ་རིམ་བམས་ཅད་འཇིག་པར་འགྱུར་རོ།

༦ ཐོན་ཁོང་ཁོ་འབྱུང་སྟེན་པོ་སྟེ་ཁོ་སྤྲོ་བའི་མི་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ཉིན་ཞིག་མི་དེའི་ཁང་
པའི་མདུན་དེར་སྟེ་བོ་གཞན་གཉིས་དབར་གྲོང་མོལ་བྱུང་སྟེ་གཅིག་གིས་བཞེད་གསལ། མི་དེ་
སྤྱིར་ཀྱང་སྟོད་ལེགས་ཀྱང་བཟོད་བསུན་རྒྱུང་བས་ཁོ་བར་སྤྲོ་བ་ཡིན་ཞེས་བཞེད། དེ་ཉིད་མི་
དེས་ཐོས་པ་ན་རང་ཁྱིམ་ལས་ཐོན་དེ། སྟེ་བོ་གཉིས་པོར་བརྟུང་བཅེགས་ཀྱིས་སྤྲོས་སོ།

དེས་ན། སྟེ་བོ་ཡ་རབས་ཅན་ལ་རང་སྟོན་ངོ་སྟོད་ཀྱིས་བསྤྲོས་བྱ་བརྒྱབ་ན། དེ་ལ་ཉན་
འཇོག་བྱས་ནས་རང་གི་སྟོད་རྒྱལ་ལ་ལེགས་བཅོས་བྱེད་ལ། སྟེ་བོ་གཉིས་པ་ཅན་གྱིས་ནི་རང་
སྟོན་ངོ་སྟོད་བྱེད་པོར་རྒྱབ་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཤིང་། སྤྲོ་བ་ཡང་སྟོན་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་རོ།

༧ ཐོན་འབྱོར་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་སྟེ་བོ་སྟོན་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེས་མི་གཞན་
ཞིག་གི་ཁང་མིག་ཐོག་བཅེགས་གསུམ་ཅན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་མཐོང་བ་ན། སྤྲོས་མ་བཟོད་
ནས་ཕྱག་དོག་སྤྲོས་དེ། ངས་ཀྱང་ཁང་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་རྒྱག་སྤྲོས་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ཤིང་བཟོ་
བ་བོས་དེ་འདྲོད་པ་ལྟར་གྱི་ཁང་པ་བཟོ་དགོས་པའི་བཀོད་པ་བྱས་པ་བཞིན། དེས་ཀྱང་དེ་ག

དྲིམ་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།

ཉིད་དུ་ལས་འགོ་བཙུགས། ཐོག་མར་སྒྲིབ་ཀྱི་དང་། དེ་ནས་ཁང་ཐོག་དང་པོ་གཉིས་པ་
གསུམ་པ་བཅས་རིམ་པས་བཟོ་བར་བརྩམས་པ་ན། དེ་ཉིད་སྐྱེ་བོ་གློན་པ་དེས་ཤེས་ཏེ་འདོད་
པར་མ་བབས། དེས་ཤིང་བཟོ་བར། ངས་ནི་སྒྲིབ་ཀྱི་དང་ཁང་ཐོག་དང་པོ་གཉིས་པ་བཅས་
མི་འདོད་ཅིང་། མངོས་ཐུག་ཅན་གྱི་ཁང་ཐོག་གསུམ་འབའ་ཞིག་འདོད་པས། འདི་ལྟར་བྱའོ་
ཞེས་སྒྲུས།

དེས་ན། སྐྱེ་བོ་གློན་པ་ནི་རྟག་དུ་འབྲས་བུ་འབའ་ཞིག་སེམས་ཤིང་། འབྲས་བུ་དེའི་ཆེད་
གང་མཁོ་བའི་ཐབས་ལམ་མ་བསྐྱབས་ཀྱང་། དེ་ཉིད་མ་ཐོབ་པར་མི་བཟོད་ལ། འོན་ཀྱང་གང་
མཁོའི་འབད་ཚོལ་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པར་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་མི་འབྱུག་ཤི། སྒྲིབ་ཀྱི་དང་ཁང་
ཐོག་དང་གཉིས་མེད་པར་ཁང་ཐོག་གསུམ་པ་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ།

༥ སྐྱེ་བོ་གློན་པ་ཞིག་གི་ཐོན་སྐྱེད་ཅི་སྟོལ་ནས་བསྐྱད་པའི་ཆོ། གློ་བུར་དུ་རང་གི་གྲོགས་
པོ་མདུན་དུ་ལྷགས་པ་མཐོང་། དེས་གྲོགས་པོར་སྐྱེད་ཅི་སྐྱིན་འདོད་དེ་སྐྱེད་ཅིར་འཆང་དུ་འགྲོ་
བ་ན། རང་གི་ལག་པ་འཛིག་པ་དྲོགས་ཏེ་སྐྱེད་ཅི་མེ་ཐབ་ནས་མ་སྒྲངས་པར་གང་དུ་བཙུག་གོ་
ཚུལ་འདི་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་པའི་མེའི་ཉོན་མོངས་དང་མ་འབྲལ་བར་གང་ཞིང་བསེལ་བའི་
ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐྱེད་ཅི་འཐོབ་པར་མི་སྲིད་དོ།

༧ ཐོན་གསོན་འདྲེ་གཉིས་སྐམ་ཞིག་དང་། ཐུག་གཅིག་དང་། ལྷམ་ཆ་གཅིག་བཅས་
ཀྱི་དོན་དུ་ཉིན་གཅིག་གི་ལོ་ལོར་ཚོད་གྲངས་ཏེ་བསྐྱད་པ་ན། ཉེ་ལམ་དུ་འགྲོ་མི་ཞིག་གིས་དེ་
གཉིས་ལ། བྱེད་གཉིས་ཅིའི་ཕྱིར་དངོས་རྩལ་འདི་དག་གི་དོན་དུ་ཚོད་ཅེས་པ་དང་། འདི་དག་
ལ་སྐྱེ་མའི་རུས་པ་ཇི་འདྲ་དང་ཡན་པས་བྱེད་གཉིས་དེ་དག་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཚོད་ཅེས་དྲིས།
དེ་ལ་གསོན་འདྲེ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱས་པ། སྐམ་དེ་ལས་ཅི་འདོད་ཟས་གོས་ཞོར་སོགས་ཐོབ་

ཅིང་། སྤྱ་རྒྱལ་དེ་ལས་རང་གི་དགྲ་བོ་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བསྟུ་རུས་པ་དང་། ལྷ་མ་གྱི་ཆ་
གཅིག་པོ་དེ་ལས་བར་སྤྲང་དུ་འཕྱར་རུས་ཞེས་འབྲེལ་བཞིན་བྱས།

དེ་ཐོས་ནས་སྒྲེ་བོ་དཔལ། འོ་ན་ཅོད་པའི་རྒྱ་མེད་དེ། ཁྱེད་ཅག་སྐར་མ་འགའ་ཤེས་ཀྱི་
ཇིང་ཡར་སོང་ལ། ངས་ཁྱེད་གཉིས་དབར་དངོས་ཇུས་འདི་དག་ཆ་བགོས་འོས་འཇམས་ཤིག་
ཡོང་བའི་བསམ་སྒྲོག་དོང་ཆོག་ཞེས་ལུས་པས། དེ་གཉིས་སོང་། དེ་མ་གཤམ་དུ་སྒྲེ་བོ་དེས་ལྷ་མ་
དེ་གྲོན་ནས་སྐམ་དང་དབྱུག་པ་བཅས་འཁྱེར་དྲེ་ནམ་མཁར་འཕྱར་དོ།

གསོན་འདྲེ་གཉིས་པོ་དཔལ་ཆོས་ལོག་པ་མཚོན་པ་དང་། སྐམ་དེས་སྦྱིན་པའི་ཇུས་མཚོན་
ཞིང་། ཆོས་ལོག་པ་དེ་དག་གིས་སྦྱིན་པ་གདོང་པ་ལས་ཡོངས་སྟོད་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་བ་མི་ཤེས་པ་
དང་། སྤྱ་རྒྱལ་དེས་དྲིང་འཛིན་གྱི་ཉམས་ལེན་མཚོན་ལ། སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་དྲིང་འཛིན་གྱི་
ཉམས་ལེན་ཆེས་ལྷག་པས་འཛིག་རྟེན་གྱི་རྟོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྟོང་རུས་པར་མི་ཤེས་པ་
དང་། ལྷ་མ་གྱི་ཆ་དཔལ་ཚུལ་སྟོང་བཟང་པོ་མཚོན་ཞིང་འདིས་འདོད་ཆགས་དང་ཅོད་པའི་
མཐའ་རྣམས་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད། གནད་འདི་དག་མ་ཤེས་པར་གསོན་འདྲེ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་
སྐམ་ཞིག་དང་། དབྱུག་པ་དང་། ལྷ་མ་དེའི་ཆེད་དུ་ཅོད་དོ།

༡༠ རྩོན་འགྲུལ་པ་ཞིག་གཅིག་ཕུར་འགྲུལ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་ལ། ལམ་དུ་ཁང་སྟོང་ཞིག་
མཐོང་སྟེ། དེའི་མཚན་མོར་དེར་བཞད། མཚན་དགུང་ཅམ་དུ་གསོན་འདྲེ་ཞིག་གིས་མི་རོ་
ཞིག་འཁྱེར་དྲེ་གཞལ་བའི་སྟེང་དུ་བཞག། དེ་ནས་སྤྱར་ཡང་གསོན་འདྲེ་གཞན་ཞིག་འོངས་དྲེ།
མི་རོ་དེ་ཁོས་ཡིན་པར་བརྟམས་པས། དེ་གཉིས་དབར་ཅོད་གྲོང་བྱང་།

དེ་ནས་ཐོག་མའི་གསོན་འདྲེ་དཔལ་བཞིན་གསལ། འདི་ལྷར་ཅོད་གྲོང་ལ་འཇུག་པར་སྦྱང་
པོ་མེད་ན། གཤེར་དཔང་ཞིག་སར་བཅར་དྲེ་ཅོད་ཐག་བཅད་པར་བྱའོ་ཞེས་གོས་བཞུན། དེ་
ལ་གསོན་འདྲེ་གཞན་པས་ཀྱང་མོས་མཐུན་བྱུང་བ་ན། ཁང་པའི་ནང་ཟུར་ཞིག་དུ་འཛིགས་

དྲི་མ་ལས་གྲོལ་པའི་ཚུལ།

དངངས་ཀྱིས་འཁྲུམ་ནས་བསྐྱད་པའི་འགྲུལ་པ་དེ་ཡང་མཐོང་བས། དེ་ཉིད་ལ་ཁྲིམས་གཙོད་
བྱ་རྒྱར་མངགས། ཇི་ལྟར་ཐག་བཅད་ཀྱང་ཕམ་ཉེས་ཀྱིས་བའི་ཕྱོགས་དེས་ཁོ་ལ་གཙོད་འཛོ་
བཏང་སྟེ་གསོད་པར་ངེས་པ་ཤེས་ཏེ་ཆེས་འཇིགས་སྐྱུག་བྱང་ཡང་བྱ་ཐབས་བྲལ་བས། ཚུལ་
འདི་ལྟར་ན་ཡང་སྟེ་བོ་དེས་མཐོང་ཆོས་བཞིན་བདེན་པ་བརྟུན།

གསོན་འདྲེ་ཕྱི་མ་དེ་ཁོས་ནས་འགྲུལ་པ་དེས་ལག་པ་ཐེན་ཏེ་བཅག འོན་ཀྱང་གསོན་
འདྲེ་གོང་མས་མི་རོ་དེའི་ལག་པ་བཀོག་སྟེ་ཡང་ཡར་སྐྱོར་བས། གསོན་འདྲེ་ཕྱི་མས་སྐྱར་ཡང་
ལག་པ་གཞན་པ་དེ་ཡང་བཀོག་པ་ན་གོང་བཞིན་གསོན་འདྲེ་དང་པོས་མི་རོ་དེའི་ལག་པ་གཞན་
པ་དེ་ཡང་བསྐྱར་སྐྱར། དེ་བཞིན་དུ་སྟེ་བོ་དེའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་དང་། མགོ་དང་། ལུས་བཅས་
ཀྱང་བདུབས་པ་ན། གོང་བཞིན་མི་རོ་དེའི་ཡན་ལག་རྣམས་གསར་སྐྱོར་བས། དེ་ནས་གསོན་
འདྲེ་གཉིས་ཀྱིས་གཞལ་པའི་སྟེང་དུ་བཀྲམ་ནས་ཡོད་པའི་མི་དེའི་ཡན་ལག་རྣམས་ཟོས་ཏེ་
འཇུག་མོལ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་བསྐྱོད།

ཁང་སྟོང་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཡང་བའི་སྟེ་བོ་དེས་བྱང་ཉེས་དེ་དག་དྲན་ཏེ་ཆེས་སྒོ་ཕམ་
བྱང་། ཁོ་རང་གི་རྒྱུ་པ་ལག་རྣམས་གསོན་འདྲེ་དག་གིས་ཟོས་ཤིང་། ད་ལྟའི་རྒྱུ་པ་ལག་རྣམས་
ནི་མི་རོ་དེའི་རྒྱུ་པ་ལག་ལྷན་པས། ད་དེ་སྐུ་མའི་སྟེ་བོ་ཡིན་ནམ། ཅི་སྟེ་མི་རོ་དེ་ཡིན། གང་ཡང་
བརྟུན་དུ་མེད་པ་ན། གནས་ཚུལ་འདི་དག་དྲན་པའི་ངང་སྟོན་པ་ལྟ་བུར་གྱུར། དེ་ནས་དགོན་
པ་ཞིག་དུ་སྟེབས་ཏེ་དགོ་འདུན་པ་རྣམས་ལ་གནས་ཚུལ་དེ་དག་ཁྱུས་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
དེར་བདག་མེད་པའི་དོན་དངོས་སུ་མཐོང་ངོ་།

༡༡ སྐུ་མོ་དུས་ཤིག་ན་བྱང་མེད་མཛེས་སྐྱུག་ཅན་ཞིག་གོས་འཕྲོར་པོས་བརྒྱན་ཏེ་གནས་
ཁང་ཞིག་དུ་ཕྱིན་པ་ན། བྱིས་བདག་དེས་ཁྱེད་སུ་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པས། ང་ཞོར་གྱི་ལྷ་མོ་ཡིན་
ཞེས་ལན་བཏབ། དེ་ལ་བྱིས་བདག་མཉེས་ཏེ་གྲུས་ཞབས་དང་བཅས་ཞབས་ལེགས་པར་ཁྱུས།

དེ་མེས་སྤྲུང་ཡང་བྱད་མེད་མི་སྤྱག་པ་གོས་རྩལ་ལྟོན་པ་ཞིག་འོངས་པ་ན། བྱིས་
བདག་དེས་ཐར་བཞིན་དྲིས་པར། དེས་ང་དབུལ་པོངས་ཀྱི་ལྷ་མོ་ཡིན་ཞེས་ཡན་བཏབ། བྱིས་
བདག་ཆེས་སྤྱག་ལྟེ་ལྷ་མོ་དེ་ཕྱིར་འབྱུང་ཐབས་བྱས་ཀྱང་མ་ཅུས། དེ་ནས་ལྷ་མོ་དེས་བཞོང་
གསལ། འོ་ཀྱི་ལྷ་མོ་ང་ཡི་གཅེན་མོ་ཡིན་ཞིང་། ངོས་གཉིས་སོ་སོར་མི་སྤོང་པའི་ཁས་ལེན་
བྱས་ཟིན་པས། ཅི་ལྟེང་ཕྱིར་འགོ་དགོས་ན། གཅེན་མོ་ཡང་ངའི་མཉམ་དུ་འགོ་དགོས་ཞེས་
གསུངས། ཇི་ལྟར་ལན་དུ་བཏབ་པ་བཞིན། བྱད་མེད་མི་སྤྱག་པ་དེ་ཕྱིར་བསྟོད་པ་དང་བྱད་
མེད་གཞན་དེ་ཡང་མི་སྤྲང་བར་གྱུར་དོ།

དེས་ན་གང་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་དེར་འཆི་བ་ཡོད་པ་དང་། གང་དུ་བགྱིས་པ་ཡོད་པ་དེར་
བགྱི་མི་ཤིས་པ་དང་མ་སྦྱིང་པའང་ཡོད་པ་བཞིན། སྤྱག་པའི་དངོས་པོ་མི་སྤྱག་པའི་དངོས་པོའི་
ཇེས་སུ་བྱེད་པ་ཤེས་དགོས། སྐྱེ་བོ་སྤྱན་པོ་རྣམས་བགྱི་མི་ཤིས་པར་འཇིགས་ནས་འབད་པས་
བགྱིས་པར་འཐོབ་པར་བཅོམ་ནོ། འོན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་འཚོལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་འདི་གཉིས་ཀ་
ལས་འདས་ཤིང་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཆགས་ལས་གྲོལ་དགོས་སོ།

༡༢ ཐོན་རི་མོ་མཁན་དབུལ་པོ་ཞིག་འཚོ་བའི་དོན་དུ་རང་གི་རྒྱང་མ་ལས་བུལ་དེ་ཐག་
རིང་དུ་བསྟོད། ཡོ་གསུམ་རིང་ངལ་སྤྱག་ཆེན་པོས་ལས་བྱས་དེ། གསེར་ཀྲམ་གསུམ་བརྒྱ་ཐམ་
པ་གསོག་རྩས་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ཕྱིར་ཡོག་བྱ་བར་བརྩམས་པ་ན་ལམ་བར་དགོན་པ་ཆེན་པོ་
ཞིག་དང་མཇུག། དེར་ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་མཆོད་རྩས་པ་ཞིག་ཆོགས་ནས་ཡོད་པར་མཇུག་ནས་ངོ་
མཚར་སྦྱེས་ནས། ད་བར་ངས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་བདེ་དོན་པོར་དེ་ཆོ་འདི་རྒྱང་འབའ་ཞིག་གི་ཆེད་
དུ་བསམས་ཀྱང་། ད་ཆ་གནས་འདི་ལྟ་བུར་སྤྲོས་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་གོ་སྐབས་འདི་བཟུང་
ལྟེ་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་བསོད་ནམས་གསལ་པར་བྱའོ་སྦྱུལ། དེས་ན་དད་ཀྱས་ཆེན་པོས་རང་གིས་
གསོག་འཇོག་བགྱིས་པའི་གསེར་ཐམས་ཅད་དགོན་པ་དེར་ཕུལ་ནས་གནས་ཁང་སྟོང་པར་

དེ་མ་ལས་གོལ་བའི་ཚུལ།

ལོག་གོ

ཁྱིམ་དུ་འབྱོར་བ་ན། རྒྱུ་མས་འཁོར་ཉེན་དུ་དངུལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་འཁུར་བར་སྒྲིལ་
འཇུགས་ཤུགས་ཀེ་བྱས། དེ་ལ་རི་མོ་མཁན་དེས་ཕྱིར་ཕྱིན་ཏེ་དངུལ་གང་མཚམས་བཙལ་
གསོག་བྱས་པ་དེ་དག་ཉེན་མེད་གནས་བཙན་པོ་ཞིག་དུ་གཙུག་ཡོད་ཅེས་སྒྲུས། རྒྱུ་མས་ནན་
གྱིས་དྲིས་པར། དགོན་པ་ཞིག་གི་དགེ་འདུན་པ་ཚོར་བསྟེན་བཀྱར་ཞུས་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུས།

རྒྱུ་མ་ལྷག་པར་ཁོས་ཏེ་མཐའ་མར་ས་གནས་ཀྱི་ཁྱིམ་དཔོན་སར་ཁྱིམ་ས་གཏུགས་
ཀེད་དུ་འཁུར་བ་ན། ཁྱིམ་དཔོན་དེར་རི་མོ་མཁན་དེས་བཞེད་གསལ། ངས་སྒྲེན་པའི་ཚུལ་དུ་
མ་ཡིན་པར་དཀའ་སྤྱད་ཆེན་པོས་གསོག་འཇོག་བྱས་པའི་དངུལ་འབོར་ནམས་འཕྲོ་སྒྲགས་
བཏང་བར་ཆེ་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་དགོན་པ་ཞིག་ལ་ཕུལ་བ་ཡིན་པ་དང་། མ་ཟད་ལྷ་བཙུན་དེ་ཚོར་
བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་པའི་ཆེ་ཁོ་བོའི་འདོད་ཆགས་དང་མེར་སྤྲ་ཐམས་ཅད་བསྒྲགས་སྟོར་གྱུར་བ་ལྟ་
བུའི་མྱོང་བ་བྱུང་བས། ང་ཅེས་ཉིད་དོན་དམ་གྱི་ནོར་ཡིན་པར་ངེས་ཤེས་ཀྱང་སྒྲེས་བྱུང་
ཞེས་ཞུས་པར། དེར་ཁྱིམ་དཔོན་དེ་ཐུགས་མཉེས་ཏེ་བསྤྲུགས་བཞེད་མཇུག་པ་དང་། འགྲམ་
དུ་ལྷགས་པ་དག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་མོས་བྱུང་། དེར་བརྟེན་རི་མོ་མཁན་དེ་དང་ཁོང་
གི་རྒྱུ་མ་གཉིས་ཀ་གཏན་གྱི་དགའ་བདེར་ཞུགས་སོ།

12 ཡང་དུར་ཁོང་ཞིག་གི་འགྲམ་དུ་གནས་པའི་སྒྲེ་བོ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། མཚན་མོ་ཞིག་ན་
དུར་ཁོང་དའི་ནང་གི་རི་སྒྲུབ་པའི་གནས་ཤིག་ནས་སྒྲེ་བོ་དེར་འབོད་པའི་སྒྲུ་བྱུང་ཡང་།
འཇིགས་ཏེ་ཅད་གཙོད་བྱ་མ་རུས། སང་ཉིན་དེར་སྒྲོ་ཁོག་ཅན་གྱི་སྒྲེ་བོ་ཞིག་ལ་དེ་སྟོར་བཞེད་
པ་ན། དེས་ཕྱི་ཉིན་གྱི་མཚན་མོ་དེར་སྒྲུ་གང་ནས་འབྱུང་མིན་གྱི་གནས་ཅད་བྱ་བར་དམ་
བཙའ་བྱས།

སྤྱག་པའི་སྒྲེ་བོ་དེ་འཇིགས་དང་ངས་ཀྱིས་ལུས་འདར་གསིགས་གསིགས་ཡོད་པ་ལ།

དཔལ་པོ་དེ་དུར་ཁོད་ཕྱོགས་སུ་ཕྱིན་པས། སྤ་མོ་བཞིན་རོ་སྤུལ་གནས་ཤིག་ནས་སྤྱང་།
ཁྱེད་སྤྱིའི་ན། ཅི་འདོད་ཅེས་དྲིས་པར་ས་འོག་ནས་སྤྱང་སྤྱང་དེས། ང་ནི་གསང་བའི་བང་མཛོད་
གཅིག་ཡིན་ཞིང་ད་ནི་འདི་ཉིད་སྤྱོད་པོ་གཞན་ཞིག་ལ་སྤྲེར་འདོད་པས། ཁ་སང་དགོས་མོ་སྤྱོད་
ཞིག་ལ་བོས་ཀྱང་འཛིགས་ནས་མ་སྤྲེབས་ལ། ད་ཆ་ཁྱེད་ཉིད་འོས་པས་སྤྲེར་བར་བྱ་ཡི། སང་
ཞོགས་ཁོ་བོ་གཞན་རྗེས་འབྲངས་བདུན་དང་ལྟན་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་འོང་ངོ་ཞེས་ལན་དུ་བྱང་།

སྤྱར་ཡང་མི་དཔལ་པོ་དེས་སྤྱང་སྤྱང་དེར་དྲིས་པར། ངས་ཁྱེད་རྣམས་ལ་བསྐྱག་པར་བྱ་
ལ། འོན་ཀྱང་གསུལ་ཅན་སོགས་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་ཞེས་དྲིས་པར། སྤྱང་སྤྱང་དེས། ངེད་རྣམས་ཀྱི་
བཅུན་གྱི་ཆ་བྱད་དུ་འོང་གི། ངེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཁང་མིག་ཅིག་གྱ་སྤྲིག་བཞི་ལ། རུ་ཡང་གྱ་སྤྲིག་
བཞི་སྤྱང་། ཁྱེད་ཅག་འཁུས་བཞི་ལ། གནས་ཁང་ཡང་གཙང་སྤྱང་བྱ། གདན་ཁྱི་དང་འབྲས་ཐུག་
ཀྱིས་གང་བའི་སྤྱོད་བརྒྱད་གཤམས། འབྲས་ཟན་ལ་སྤྱད་པའི་རྗེས་ང་ཅག་གསང་བའི་ཁང་
མིག་གཅིག་དུ་འཁྱེད་པར་བྱ་དགོས་ལ། དེར་ང་ཅག་གསེར་གྱི་བུམ་པར་ང་ཅག་གིས་བསྐྱར་
བར་བྱའོ་ཞེས་རྒྱས་པར་གདམས།

སང་ཞོགས་སྤྱོད་པོ་དེས་འཁུས་དང་གནས་ཁང་གཙང་སྤྱང་སོགས་སྤྱོད་ཅི་ལྟར་བསྐྱོས་པ་
བཞིན་བྱས་ཏེ་གྲུ་པ་བརྒྱད་པོར་བསྐྱགས་ནས་བཅུད་པ་ན་ཡུད་ཙམ་རྗེས་དེ་དག་འོངས་ནས་
གསུལ་ཅན་རྒྱས་པོ་མཛོད། འབྲས་ཟན་ལ་སྤྱད་པའི་རྗེས་སུ་ཐམས་ཅད་གསང་གནས་ཤིག་དུ་
འཁྱེད་པ་ན་དེར་དགོ་འདུན་པ་རེ་རེ་ནས་གསེར་གྱིས་གང་བའི་བུམ་པར་རིམ་གྱིས་ཀྱུར་རྟོ།

ཡང་གོང་གསལ་དེར་སྤྱོད་པོ་འདོད་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་གནས་རུ་ལ་འདི་གོ་སྤོས་བྱང་བ་
ན་གསེར་གྱི་བུམ་པར་ཆགས་ནས། དགོ་འདུན་བརྒྱད་པོ་དེ་རང་གི་ཁྱིམ་དུ་གདན་དྲངས།
སྤྱར་བཞིན་ཁ་ཟས་ལ་སྤྱད་པའི་རྗེས་སུ་གསང་བའི་གནས་ཤིག་དུ་འཁྱེད་པ་ན། གསེར་བུམ་དུ་
འཁྱར་རྒྱ་ལྟ་ཞོག དགོ་འདུན་པ་དེ་དག་ཁོས་ཏེ། སྤྱོད་པོ་འདོད་ཙམ་དེ་སྤྲོར་བྱ་བར་རྩིས་སྤྱོད་
ཀྱིས་འཛིན་བཟུང་བྱེད་དུ་བཅུག།

དེ་མཁའ་སྒོལ་པའི་ཚུལ།

ཐུ་མོའི་སྒྲེ་པོ་སྤྱིང་རྒྱུང་གང་ཞིག་གིས་སྤངས་སྒྲུ་ཐོག་མ་ཐོས་པ་དེས་ཀྱང་། འོར་གྱི་དངོས་
གྲུབ་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཐོས་ཤེས། སྒྲེ་པོ་དཔལ་པོ་དེའི་ཁྱིམ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་གསེར་
དགོས་བྱས་ཀྱང་མ་ཐོབ་པའི་མཐར་བཙན་འཁྲོག་བྱ་བར་བརྟམས་པ་ན། བུ་མ་སྒྲོད་དེ་དག་ལ་
སྒྲུལ་གདུག་པ་དུ་མས་རང་གི་མགོ་བརྟན་ཏེ་དུག་འབྱིན་གྲུབས་བྱེད་བཞིན་པར་མཐོང་།

གནས་ཚུལ་འདི་དག་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོའི་སྤྲོད་ལམ་དུ་སོན་ཤིང་། གསེར་བུ་མ་དེ་དག་སྒྲེ་
པོ་དཔལ་པོ་དེར་བདག་པའི་ཁྱིམས་བཙད་གནང་། དེ་ཤིས་འདི་ལྟར་བཞེད་དེ། འཇམ་གླིང་
འདིར་དངོས་ཤེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འགོ་ལྷགས་འདི་ལྟར་ལགས་ཏེ། སྒྲེ་པོ་སྤྲོད་པོ་རྣམས་འབྲས་
བུ་བཟང་པོར་ཆགས་ཞེན་བྱེད་ཀྱང་། འཇིགས་དངངས་དང་སྒྲག་པ་ཆེ་བས་ཐོབ་པར་མི་རུས་
ཤིང་། རྒྱན་དུ་པམ་ཉེས་འབྱུང་བ་དང་དོན་དམ་གྱི་ཞི་བ་དང་བདེ་བ་འབྱིན་པའི་ནང་སེམས་
ཀྱི་ངལ་བ་གདོང་ལེན་བྱེད་རུས་པའི་སྤྱིང་སྒྲོལ་བས་དང་དྲང་བ་སོགས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་མེད་དོ།

ལེའུ་གཉིས་པ།

ནམས་རྟོགས་སྤྱི་པའི་ཚུལ།

༧

བདེན་པ་འཚོལ་བ།

༡ བདེན་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་གནས་པའི་སྐབས་གལ་གནད་མེད་པའི་དྲི་བ་མང་པོ་རང་
སྒྲོར་ཤར་ཏེ། དཔེར་ན་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་རྩམ་གང་ལས་གྲུབ། ཅི་སྟོང་གི་
འཇིག་རྟེན་འདི་བཞིན་རྟག་པ་ཡིན་ནམ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་མཐའ་ཡོད་དམ་མེད།
ཚུལ་ཇི་ལྟར་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་འདི་བཞིན་གྲུབ། མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྤྱི་གཙུགས་ཡང་དག་
པ་གང་ཡིན། ཞེས་སོགས་ཡོད་ཅིང་། ཅི་སྟེ་དགའ་གནས་འདི་དག་མ་བསལ་གྱི་བར་སྤྱི་བོ་
ནམས་ཀྱིས་རྟོགས་བྱུང་སྐབ་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་མ་བརྩོན་པར་གནས་ན། དེའི་སྔ་རོལ་དུ་འཆི་
བར་ངེས་ལ།

དཔེར་ན་སྤྱི་བོ་ཞིག་ལ་དུག་མདའ་བསྐྱུན་པའི་རྗེས་སུ་དེའི་སྐྱུན་མཆེད་ནམས་ཀྱིས་
མདའ་དེ་འདོན་པའི་ཆེད་དང་མས་སྟོན་བཅོས་པའི་ཆེད་དུ་ལྟ་རྒྱུ་ཞིག་འབོད་པར་བསྟོད་པ་ན།

སྐྱུན་པ་དེས་བཀག་འགོག་གིས་དུག་མདའ་མ་འདོན་སྔ་རོལ་དུ། ང་མདའ་དེ་བསྐྱུན་
པའི་སྤྱི་བོ་དེ་སྤྱི་ཡིན་ཤེས་པར་འདོད་ཅིང་། ཅི་སྤྱི་བོ་དེ་སྤྱིས་པ་ཡིན་ནམ་གྱུང་མེད་ཡིན། སྤྱི་
བོ་དེ་མི་དུག་ཅིག་ཡིན་ནམ་དཀྲུག་མ་ཞིག་ཡིན། མདའ་གཞུང་རྒྱ་གང་ལས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་
ནམ། ཅི་གཞུང་དེ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་ནམ། རྒྱ་དུ་ཞིག་ལགས། ཅི་གཞུང་དེ་ཤིང་ལས་བྱས་པ་
ཞིག་གས། སྤྱི་གམ་ལས་ཡིན། གཞུང་ཐག་དེ་གང་ལས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། རྩ་རྒྱས་ལས་བྱས་པ་
ཡིན་ནམ། ཤ་རྒྱས་ལས་བྱས་པ་ཡིན། མདའ་དེ་སྤྱི་སྤྱི་གམ་ལས་བྱས་པ་ཡིན་ནམ། འདམ་རྩ་
ལས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན། བྱ་སྟོན་གང་གིས་སྟོན་པ་ཞིག་ཡིན། བྱེད་ནམས་ཀྱིས་མདའ་མ་འདོན་

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་པའི་ཚུལ།

པའི་གོང་དུ་ཁོ་བོ་གནས་ཚུལ་འདི་དག་ཤེས་པ་འདོད་དོན་ཞེས་ནན་གྱིས་བརྗོད་ན་གནས་ཚུལ་ཇི་
ལྟར་དུ་འབྱུང་རམ།

གནས་ཚུལ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་མ་ཤེས་པའི་ཐོན་དུ་དུག་ཚང་མ་ལུས་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་
སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་བར་དེས་ཤིང་། དེས་ན་ལས་འགའ་ཐོག་མ་དེ་ནི་དུག་མདའ་འདོན་ཐབས་དང་
དུག་ལུས་ལ་མ་ཁྱབ་པར་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་འདི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མེས་འཛིན་བཞིན་དུ་ཁམས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བཙོ་སྤྱོད་
ཀྱི་སྐོར་ཅོད་པོ་ཡན་ཐོགས་མེད་ཅིང་། མིའི་སྤྱོད་ཚོགས་ཀྱི་གཞི་རྒྱུ་འདི་པོ་གང་ཡིན་ཅད་གཅོད་
ཀྱང་ཡན་ཐོགས་རྒྱུ་བ་ཡིན།

འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དྲི་ཅོད་ཀྱང་། སྤྱོད་ཚུ་ན་འཛིན་མེ་ཆེན་འཇིག་
པར་ནུས་པའི་ལམ་མ་རྟེད་ཀྱི་བར་འཇོག་རུང་ཞིང་། དུ་འཕོད་དང་། སྤྱོད་བ་དང་། སྤྱུག་
བཟུལ་དང་། ལྷག་དུ་བཅས་ཡོད་བཞིན་དུ་ཐོག་མར་འདི་དག་ལས་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ལམ་
བཅའ་ཏེ་ཉམས་ལེན་བྱ་དགོས་སོ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལས་ཀྱང་གང་གལ་གནད་ཆེ་བ་རྣམས་སྤོབ་ཅིང་གཞན་རྣམས་
མིན་པ་ཤྱེ། སྤྱང་དོར་གྱི་གནད་ཚུལ་ཇི་བཞིན་སྤྱོད་པ་རྣམས་མ་འཛོལ་བར་ལག་དུ་ལེན་དགོས་
ཤིང་། ཉམས་སྤྱོད་སྤྱང་ས་འོས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱོད་ཏེ་དེ་དག་བྱུང་རུབ་པར་བྱ་དགོས་སོ།

དེས་ན་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མར་གང་གལ་གནད་ཆེ་བ་རྣམས་དང་། བར་དུ་གཅོད་
པ་གང་ཐོག་མར་སྤོང་དགོས་པ་སོགས་ཤེས་དགོས་ཤིང་། འདིའི་ཆེད་དུ་ཐོག་མར་སེམས་
འདུལ་ཐབས་ལ་སྤོབ་དགོས་པ་ཤྱེ་ཐོག་མར་རང་སེམས་དུལ་བར་བྱེད་དགོས་སོ།

༢ དཔེར་ན་སྤྱོད་པོ་ཞིག་ནགས་ཀྱི་དབུས་སུ་ཤིང་སྤྱོད་པའི་འབྲས་བུ་ཞིག་འཕྲོབ་པའི་ཆེད་དུ་
ཤྱིན་ཀྱང་། ཡལ་ག་དང་ལོ་མའི་ཁུར་ཞིག་འཁྱེར་ཏེ་ལོག་ནས། ད་དུང་ཁོ་རང་གིས། གང་

འདོད་པ་དེ་ཐོབ་པར་མོས་ན། ཅི་སྤྱི་བོ་དེ་སྤྱི་བོ་མིན་ནམ། གང་འདོད་པའི་སྤྱི་བོ་དེའི་
ལན་དུ་ཤིང་གི་པགས་པ་དང་ཤིང་གིས་འཛིགས་པར་བྱེད་ཅིང་གནས་པས། སྤྱི་བོ་ཡལ་བོ་ཆེ་
ཡང་འདིའི་ངང་ཚུལ་དུ་ཟད་དོ།

སྤྱི་བོ་ཞིག་གིས་སྤྱི་ཆ་ན་འཆི་དང་། ཅུ་འཕོད་དང་། སྤྱི་བ་དང་། སྤྱི་བ་ལྟུང་དང་།
ཟུག་རྩ་ལས་གྲོལ་བའི་ཆེད་དུ་ལམ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་ན། ཅུང་ཟད་གྲུབ་པས་ཁེངས་པ་ཆེ་ཞིང་
དབང་ཤེད་ཀྱང་ཆེ་བར་བྱེད་ལ། དེ་ནི་འབྲས་བུ་ལོན་དུ་བྱིན་པའི་ལན་དུ་འབྲས་བུ་མེད་པར་
ཡལ་ག་དང་ལོ་མའི་ཁུར་འཁྱར་ནས་འཛིམས་པར་བྱེད་པའི་སྤྱི་བོ་དང་འདྲའོ།

གང་དག་ཚུལ་བ་ཆུང་དུ་ལས་བྱུང་བའི་ཉམས་རྟོགས་ཙམ་གྱིས་འཛིམས་པར་བྱས་ནས།
འབད་ཚུལ་བཏང་སྟེ་ཁེངས་དྲེགས་བྱེད་པ་དག་ནི། འབྲས་བུ་འདོད་པ་དེའི་ལན་དུ་ཡལ་ག་
ཙམ་ལོན་པའི་སྤྱི་བོ་དང་འདྲའོ།

གཞན་ཡང་གང་དག་གིས་རང་སེམས་ཅུང་ཟད་ཞི་ཞིང་དུལ་བར་ཤེས་པ་ན། འབད་
ཚུལ་བཏང་སྟེ་ཁེངས་སྟེགས་བྱེད་པ་དག་ནི་འདོད་པའི་འབྲས་བུའི་ཆབ་དུ་ཤིང་སྤྱོད་པས་ཙམ་
ལོན་པའི་སྤྱི་བོ་དང་འདྲའོ།

སྤྱི་བ་ཡང་གང་དག་ཅུང་ཟད་ཤེས་པ་ན་ཁེངས་པ་བྱེད་པ་དག་ནི། འདོད་པའི་འབྲས་
བུའི་ལན་དུ་ཤིང་རྩུ་ཙམ་ལོན་པའི་སྤྱི་བོ་དང་འདྲ་ཞིང་། རང་གི་འབད་ཚུལ་ཆུང་དུས་
འཛིམས་ཏེ་ཁེངས་དྲེགས་བྱས་ནས་སྤྱི་བ་འབད་པ་གཏོང་བའི་སྤྱི་བོ་འདི་དག་ནི་སྤྱི་བ་ཡང་ངེས་
པར་དུ་སྤྱོད་པས་མེད་པར་འགྱུར་རོ།

རྟོགས་བྱུང་དུ་བཀྱི་བའི་ལམ་བདེན་སྤྱོད་པའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ནས་འབད་ཚུལ་ཆུང་དུ་ལམ།
བསྟན་པས་བསྟོན་དང་བསྟོན་བཀྱར་དག་གིས་མ་བསྐྱེད་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། མ་ཟད། འབད་
པ་ཆུང་དུ་དང་། ཉམས་རྟོགས་ཆུང་དུ་སྟོགས་གནས་སྤྱོད་ཀྱི་བདེ་བ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་
པར་མི་བྱའོ།

ཉམས་རྟོགས་སྡེ་པའི་ཚུལ།

དེ་ཡང་ཐོག་མར་སྡེ་འཛིན་འཁོར་བ་འདིའི་གཞི་རྩའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་བསལ་བར་
རང་སྟོར་འཆར་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས།

༣ འཛམ་བུ་གླིང་འདིར་རང་ཚུགས་ཀྱི་དངོས་པོ་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ། གླིང་འདི་ཉིད་ང་
ཚུལ་དང་། འདོད་པ་དང་། འཕྲུལ་བའི་སྟོང་དང་། མ་རིག་པ་བཅས་ཀྱི་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་
པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྟོང་འཕྲུལ་བར་ཤར་བ་ཇི་བཞིན་གྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་
པོའི་གནས་ཚུངས་ཀྱི་མེད་དེ། སེམས་ལ་འཆར་སྤྲུལ་གྱིས་གྲུབ་པོ། དེ་ཡང་མ་རིག་པའི་རྒྱུ་
ལས་བྱུང་བ་དང་། སྟོའི་ཆགས་ཞེན་གྱི་སྤྲེང་ནས་གྲུབ་ཅིང་། ང་ཚུལ་དང་ཁོང་ཁྱོད་དང་འདོད་
ཆགས་གྱིས་གཏུང་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྲེང་ནས་གྲུབ་ལ། རྟོགས་བྱུང་གི་ལམ་ལ་སྟོབ་པ་
ནམས་རང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་དྲི་བཅས་ཀྱི་སེམས་སྟོང་བར་སྟོབ་
དགོས་སོ།

༤ དེ་ཡང་རང་གི་སེམས་ལ་འདི་ལྟར་དུ་བསྐྱུལ་དགོས། ཐོག་མར། ང་ཡི་སེམས་ཞེས་
འབོད་དེ། རྟེན་བར་མ་ཆད་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འཕྲུར་བའི་གནས་སྤངས་ལ་སེམས་པར་ཅིར་
བསྐྱུལ། རྟེན་ནི་ཞིང་ཁ་མ་ཚོས་ཀྱི་གོང་དུ་བེད་མེད་དུ་ཟད་པའི་མཐོང་ཤོལ་དང་འདྲ། རྟེན་ནི་
སྡེ་འཛིན་རྒྱ་མཚོར་འཇུག་གུ་བས་སུ་དུམ་བུར་ཤིག་པའི་སྐྱ་མཇུག་དང་འདྲ། ད་ལྟའི་སྡེ་བ་བེད་
མེད་དུ་བྱས་བྱེད་ནས་སྡེ་བ་གཞན་དུ་དུམ་ཞིག་གིས་ཅི་བྲ། ཞེས་དང་།

སྐར་ཡང་། རང་གི་སེམས་ལ་འབོད་དེ། རྟེན་གྱིས་ཁོ་བོ་སྟོན་རྒྱལ་པོར་སྡེས་པར་བྱེད།
དེ་ནས་རིགས་ངན་མཐའ་ཆད་ཟས་སྟོང་མཁན་ཞིག་དུ་སྡེས་པར་བྱེད། ཡང་རེས་འགའ་ཁོ་བོ་
ལྟའི་གཞུང་མེད་ཁང་དུ་སྡེས་པར་བྱེད་པས། འོངས་སྟོན་དང་བདེ་སྟིང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་
སྟེ། དེ་ནས་དཔྱལ་བའི་མེ་ནང་དུ་ལྷུང་བར་ཡང་བྱེད།

ང་ཡི་སེམས་སྤྱན་པོ་ཁྱད་ཀྱིས་ཁོ་བོ་ལམ་ཕྱོགས་སྒྲ་ཚོགས་པར་དྲངས་པ་དང་། ཁོ་བོ་
ཀྱང་ད་བར་ཁྱད་ཀྱིས་ཅི་གསུངས་བཀའ་སྒྲུབ་ལུས། འོན་ཀྱང་ད་ནི་ཁོ་བོས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
བསྐྱབ་བྱ་ཐོས་པས། ཁོ་བོར་བར་གཅོད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྟག་པར་མ་འབྱེད་པར། ཁོ་བོ་
གཉིས་མཉམ་རུབ་ཀྱིས་རྫོགས་བྱང་སྒྲུབ་པར་འཇུག་ལ། སེམས་ཁྱད་ཀྱིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་
སྤྱང་པོ་མེད་ཅིང་མི་རྟག་པར་ཤེས་པ་དང་། དངོས་པོ་གང་ལ་འང་མ་ཞེན་ཅིང་། བརྟུག་
སེམས་མ་བྱེད་པ་དང་། ཁྱོད་པ་དང་རྫོངས་སེམས་མ་སྦྱེད་ན། ཁོ་བོ་གཉིས་ཞི་བར་གཤེགས་
རུས་ཤིང་། དེ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྣམ་གྲིས་འདོད་པའི་འཆིང་བ་བཅད་དེ་གཞན་གྱི་བཞེད་སྤྱང་
དང་མཉམ་གྱིང་དང་། ལེགས་ཉེས་དང་། ཡོན་ཏན་དང་སྦྱོན་སྟགས་ཀྱི་གནས་སྤངས་འབྱུར་
འགྲོས་དག་གིས་ཕན་གཏོད་མེད་པར་བྱེད་པ་ན། བདེ་བ་ལ་གནས་པར་འབྱུར་རོ།

ཁོ་བོའི་རྒྱུད་ལ་དང་པ་ཐོག་མར་བསྐྱེད་པ་ནི་ཁྱད་ཀྱིས་བྱས་ཤིང་། བྱང་རྒྱུ་སྒྲུབ་པར་
ཡང་ཁྱད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས། ད་ཅིའི་ཕྱིར་འདོད་པ་དང་། འཕྲལ་བ་དེར་ཆགས་ཞེན་སྟགས་
སྦྱེད་པར་བྱེད།

ཅིའི་ཕྱིར་ཁྱད་དགོས་པ་ངེས་ཅན་གང་ཡང་མེད་པར་ཕན་ཚུན་དུ་རྒྱ་བ་ལགས། དེས་ན་
ད་ཁོ་བོ་གཉིས་རྫོངས་པའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱུད་པོ་འདི་བཞུག་པར་བྱ། དུས་ད་བར་ཁོ་བོས་སེམས་
ཁྱད་ཀྱི་འདོད་པ་སྤང་བར་བྱས་ལ། ད་ཁྱད་ཀྱིས་ཁོ་བོའི་འདོད་པ་སྤང་དགོས་པས། རྟན་དུ་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལ་འཇུག་པར་བྱ།

རང་གི་མཐོང་ཚོས་སྤྱད་པའི་རི་དང་རྒྱལ་ས་རྒྱུད་དང་། རྒྱ་མཚོ་བཅས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་
འབྱེད་ཞིང་འབྱུར་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ལགས་པ་དང་། རྫོངས་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཞི་
བདེའི་རྟེན་མེད་པས། སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་བསྐྱབས་ཏེ་རྒྱ་མཚོའི་ཕ་
རོལ་རྫོགས་བྱང་དུ་བཞུག་པར་བྱའོ། ཞེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ།

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་པའི་ཚུལ།

ལ རེས་པ་དོན་གྱི་སྤྱིང་པོར་རྫོགས་བྱང་དུ་བགོད་པའི་ལམ་ལ་སློབ་པ་དག་གིས་ནི་ཚུལ་
འདི་ལྟར་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་བསྐྱལ་ལ། དེ་རྗེས་སློ་ཐག་ཚད་པའི་ཐོག་ནས་ལམ་རིམ་གྱིས་
བསྐྱབ་ཅིང་། གཞན་གྱིས་སྤང་ཅིང་སྟོན་བཞིན་བྱེད་ཀྱང་མ་ལྟོས་པར་ལམ་སྐྱབ་པ་དང་།
གཞན་གྱིས་བརྟུང་བ་རྟེན་པ་དང་མཚོན་གྱིས་གཞིན་པ་བྱེད་ཀྱང་མི་ཁོའོ།

རང་གི་དགྲ་བོས་སོག་ལེས་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་བར་གཅོད་མི་འབྱུང་བར་བྱ་དགོས་
ཤིང་། ཅི་སྟེ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་རང་རྒྱད་མ་ཞི་བར་བྱེད་ན། དེ་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་རྒྱུ་
སྤྱི་སློབ་པར་ཡང་རེས་པ་མ་ཟད། གནས་ཀྱི་ཉམས་ལ་འཕྲད་ཀྱང་མ་ལྟོས་པར་འབྱུར་མེད་
བརྟན་པོར་གནས་དགོས་ཤིང་། ལེགས་ཤོས་སྤྱི་དེ་དག་ལ་བརྟེན་བཟུང་བ་དགོས།
གཞན་གྱིས་གཤེ་ཡང་རུང་། བརྟུང་ཉེས་དང་འཕྲད་ཀྱང་། དེ་དག་གིས་མ་བསྟོད་པར་འབྱུར་
བམེད་ཅིང་རང་སེམས་ཞི་བའི་ཐོག་སྟོན་པའི་བསྐྱབ་བྱུར་གནས་དགོས།

དེ་ཡང་ཚུལ་འདི་ལྟར་དུ་སློ་ཐག་གཅོད་དགོས་ཏེ། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལོ་
བོས་མི་སྲིད་པའང་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཡི། བཟོད་མི་རྩས་པའང་བཟོད་པར་བྱ་ཏོ། བདག་གིས་
བདོག་པ་ཐམས་ཅད་སྟེར་བར་བྱ་ཡི། ཅི་སྟེ་རྫོགས་བྱང་འཐོབ་པར་ཉིན་རེར་འབྲས་ཀྱི་འབྲུ་
རེས་འཛིན་པར་བྱ་དགོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱ་ལ། ཅི་སྟེ་དེའི་ཆེད་དུ་མེ་ནང་དུ་འགོ་དགོས་ཀྱང་དེ་
ལྟར་བྱ་ཡི་སྟམ་པར་དམ་བཅའ་རྩས་པར་དགོས།

འོན་ཀྱང་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཕྱི་འབྲས་བུ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་མི་བྱ་ལ། འདི་དག་
རུང་ཞིང་ལེགས་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་དག་ལ་འཇུག་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་རང་གི་
བདེ་དོན་མ་སེམས་པར་མས་རང་གི་སྤྱག་གུར་སྟོང་བ་བཞིན་དུ་བརྟེན་སེམས་གྱིས་བསྐྱལ་བ་
ཞིག་དགོས་སོ།

༦ སྟོན་རང་གི་མི་མེར་རྒྱུས་ཤེས་རབ་དང་བྱམས་བརྟེན་སྟོང་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡོད་

ཅིང་། དེའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁམས་ཞི་བདེར་འཛོལ་ཞིན་ཡོད་ལ། དེ་ཉིད་རྟག་དུ་ཤེས་རབ་
དང་སྤོང་བ་གསར་པ་དོན་དུ་གཉེར་ཅིང་། ཚེས་ཀྱི་ཚིག་བསྐྱབ་འབྱེན་པ་དག་ལ་བྱ་གཤང་
སྒྲེར་རོ།

ལྷ་དག་གིས་རྒྱལ་པོ་དེའི་དད་པ་དང་ཤེས་རབ་ཟབ་མོར་ངོ་མཚར་སྒྲིམ་ཀྱང་ངེས་པ་རྟོན་
པའི་ཆེད་དུ་ཉིན་ཞིག་ལྷ་གཅིག་ནས་འདྲར་བརྒྱས་ཏེ་རྒྱལ་ཁང་གི་མདུན་དེར་ཡངས། དེ་ནས་
དེས་བཞེད་གསལ། ཁོ་བོར་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་བྱ་ཟབ་མོ་ཞིག་ཡོད་པས་མཇལ་བཅར་
ལུས་ཚིག་པ་ལུས།

རྒྱལ་པོ་ཐུགས་མཉམ་ཏེ་ཕེབས་བསུ་ཟབ་མོ་ལུས། དེ་ནས་ཚེས་བསྐྱབ་པར་བསྐྱལ་བ་
ན། འདྲེ་དེ་ཉིད་སྤྲར་ཡང་ཆེས་འཇིགས་སྐྱུ་ཅན་གྱི་གཟུགས་སུ་བརྒྱས་ནས་ཟབ་ཅིང་། ཐུས་
པའི་ཞལ་ཟས་ལུས་སུ་མ་ཚིགས་པ་བཤམས་ཀྱང་མི་འདོད་ཚུལ་གྱིས་མཐར་མི་གྲོད་མོ་དགོས་
ཞེས་བཞེད། དེ་ལ་རྒྱལ་པོ་དེའི་སྤྲས་དང་བཅུན་མོ་བཅས་ནས་རང་ལུས་སྤྱིན་ཀྱང་མ་འཛིམས་
ཤིང་། རྒྱལ་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཀྱང་དགོས་ཚུལ་ལུས།

དེ་ལ་འང་རྒྱལ་པོས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། ཐོག་མར་ཚེས་ཚིག་བརྒྱལ་བར་ལུས་པ་ན། ལྷ་
དེས་འདི་ལྟར་བཞེད། དུ་འབོད་ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་ལས་བྱུང་ཞིང་། འཇིགས་པ་འང་
འདོད་ཆགས་ལས་བྱུང་། གང་དག་གིས་འདོད་ཆགས་སྤངས་པ་དག་ལ་ནི་དུ་འབོད་དང་
འཇིགས་པ་གང་ཡང་མེད་དོ། ཞེས་གསུངས། དེ་མ་ཐག་དུ་ལྷ་དེས་རང་གི་བྱུང་གཟུགས་
བདེན་པར་ལོག་ནས་ཟོས་པའི་རྒྱལ་སྤྲས་དང་བཅུན་མོ་འང་སྤང་བར་གྱུར་ཏོ།

༧ སྤོན་ཏི་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་དུ་ལམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྒོལ་པའི་སྤྲེས་བྱ་དམ་པ་ཞིག་ཡོད་
ཅིང་། དེ་ཉིད་ལྷ་མིའི་བདེ་བ་དང་ཡོངས་སྤྱོད་གང་ལ་ཡང་ཆགས་ཞེན་མི་མངའ་བར། ཉོན་
མོངས་ཀྱི་དྲི་མ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་མན་ངག་འབའ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་ལ།

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་བའི་ཚུལ།

ལྷ་རྣམས་སྤྱི་བའི་དྲང་བཤེན་དང་གཞུང་བཟང་གིས་ཡིད་རངས་ཏེ། དེའི་རྒྱུ་
བརྟག་པར་བཅུམས་པའི་ལྷ་ཞིག་གིས་གདོན་འདྲེའི་བྱེད་གཟུགས་སུ་བརྩམས་ནས་ཏི་མ་ལ་ཡར་
ཕྱིན་ཏེ། བམས་ཅད་འཕྱར་ཞིང་། བམས་ཅད་སྒང་ལ་བམས་ཅད་མི་སྒང་ངོ་། ཞེས་སྤྱི་བྱངས་
ན། སྤྱི་བའི་དམ་པ་དེས་ཐོས་ཏེ་ཐུགས་མཉམ། དེ་ཡང་སྒྲིམ་པར་དབྱིད་ཚུ་བསིལ་པ་རྟེན་པ་
དང་། རེ་བ་མེད་པའི་བྱན་གཡོག་གཅིག་སྒྲོ་བུར་དུ་སྒྲོད་བཀོལ་བཏང་བ་ལྟར་གྱི་དགའ་ཚོར་
ཆེན་པོ་རྟེན། ད་བར་ཁོ་བོས་འཚོལ་བའི་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་བདག་ལ་རྟེན་སོང་སྐྱམ་སྤྱི་བྱ་
དེའི་ཕྱོགས་སུ་འབྲངས་པ་ན། མཐའ་མར་གསོན་འདྲེ་དེའི་སར་འབྱོར། ཐུགས་བཤེད་བཤེད་
མ་བྱུང་ཡང་དེར། ཁོ་བོས་ད་ལྟ་ཐོས་པའི་སྤྱི་བའི་ཟབ་མོ་དེ་ཁྱེད་ཀྱིས་བྱངས་སམ། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་
ལགས་ན་དྲུང་བྱང་བར་འཚལ་ཞེས་ཞུས་པ་ན། གསོན་འདྲེ་དེས་ལན་དུ་འདི་ལྟར་བརྗོད།
སྤྱི་བའི་ཁོ་བོས་བྱངས་ཀྱང་ད་ལྟ་ཁོ་བོ་བཀྲོས་པས་གདུང་བཞིན་དུ་སྤྱི་ལེན་པར་མི་རུས་ཅེས་ལན་
བཏབ།

དེ་ལ་སྤྱི་བའི་དམ་པ་དེས། ཁོ་བོ་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཡུན་རིང་དུ་བཅའ་ཞིང་། ཁྱེད་
ཀྱིས་བྱངས་པའི་སྤྱི་བའི་གོ་རྒྱུ་བས་ཆེན་ལྡན་ཡང་། ཕྱོགས་ཅམ་ལས་ཐོས་པས་མཁུག་
བསྐྱེལ་བར་འཚལ་ཞེས་ནན་གྱིས་ཞུས་ཀྱང་། གསོན་འདྲེས། ཁོ་བོ་བཀྲོས་པས་མི་ག་དང་མི་
ཁག་དྲོན་མོ་ཟས་སུ་ཐོབ་ཤིང་། སྤྱི་བའི་མཁུག་བསྐྱེལ་འཐུས་ཞུས་པར། སྤྱི་བའི་དམ་པ་དེར་
དོན་གཉེར་ཆེར་བསྐྱེད་དེ། གདམས་ངག་རྒྱུ་ལས་པར་ཐོས་ཤིང་ཁོ་བོའི་ལུས་འབྱིན་ནོ། ཞེས་
ཁས་བྱངས་པ་ན། གསོན་འདྲེ་དེས། འདི་ལྟར་སྤྱི་བའི་གསུངས་པར་བྱངས།

བམས་ཅད་འཕྱར་ཞིང་། བམས་ཅད་སྒང་ལ་བམས་ཅད་མི་སྒང་ངོ་།

སྤྱི་བའི་དང་འཇིག་པ་ལས་འདས་པ་ན། ཞི་བདེ་ཐུན་ཐུམ་ཚོགས་པ་འཐོབ་པོ།

འདི་ཐོས་ཤིང་སྤྱི་བའི་དམ་པ་དེས་གདམས་ངག་དེ་བཞིན་རྟོག་དུ་མར་བསྐྱོས། དེ་
ནས་སྤྱི་བའི་དམ་པ་དེ་རྟོག་པོ་ཞིག་དུ་འཇིགས་ཏེ། དེའི་སྤྱི་བའི་གསོན་འདྲེ་དེའི་མདུན་དེར་རང་

ཉིད་ལྟར་བར་བྱས་པ་ན། དེ་མ་ཐག་དུ་གསོན་འདྲེ་དེ་མི་སྤང་བར་གྱུར། དེའི་གོལ་སར་འོད་
ཟེར་ཅན་གྱི་ལྷ་ཞིག་བྱང་སྟེ། སྤྱི་བུ་དམ་པ་དེར་སྤྲོས་སྟོན་མེད་པར་བདེ་བར་རང་ཉིད་ཀྱིས་
བསྐྱངས་སོ།

༤ སྟོན་རྟག་དུ་ཞེས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྟོབ་པའི་སྤྱི་བོ་
ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེས་རང་མཐོང་དང་གདམ་དོན་ལ་ཆགས་བྱལ་བའི་སྤྱི་བོ་རང་སྟོག་འབེན་དུ་
བཙུག་མས་ལམ་བསྐྱབ་བཞིན་ཡོད་ལ། ཉིན་ཞིག་ཀམ་མཁའ་ནས་སྤྱང་སྟེ་རྟག་དུ་ཞེས་
བོས་ནས། བྱེད་ཉིད་ཆ་གང་དང་གཞན་གྱིས་བསྟོད་པ་དང་སྤྲད་པ་ལ་ཁྱེས་པར་ལྟགས་ཉེས་གྱི་
རྣམ་རྟོག་སྤངས་སྟེ་ཤར་ཕྱོགས་ཉིད་དུ་བསྟོད་ལ། དེའི་ལྟགས་སུ་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཞིག་
དང་འཕྲད་ནས་བྱེད་འཆང་རྒྱ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བོས།

ཁོང་གང་མས་ངག་ལལ་གསལ་འདི་དག་ཐོས་ཏེ་བྱུགས་མཉེས། དེ་མ་ཐག་དུ་ཤར་ཕྱོགས་
སུ་བསྟོད་དོ། རང་ཉིད་གཅིག་ཕུར་བསྟོད་པས། མཚན་མོར་ལྷང་སྟོང་དང་འཇིགས་སྐྱག་ཆེ་
བའི་རི་བྱག་དུ་མནལ་ཏེ་བཞུགས། བྱུགས་རྒྱས་མེད་པའི་ཡུལ་ལྷང་གསར་པར་བརྟེན་སྐྱངལ་
ཆད་མེད་མུང་དགོས་བྱུང་། དཔེར་ན། ལན་གཅིག་བཀྲེས་སྟོམ་གྱིས་གཟིར་བས་གཞན་གྱི་
བྲན་གཡོག་བྱས་ཏེ་ཟས་བཅའ། སྐབས་མེ་རང་ཤ་བཙོང་སྟེ་ཟས་འཛོལ་དགོས་བྱུང་ཡང་།
མཐར་རང་གི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བཟང་པོ་དང་འཕྲད་དོ།

དེ་ཡང་། ཁ་དཔེར། དངོས་ཇུས་སྤྲོས་ལྟགས་རྣམས་རིན་གོང་ཆེ་བ་ཡོང་ཟེར་རྒྱན་
བཞིན་རྟག་དུ་ལ་དེ་ག་རང་བྱང་སྟེ། ལམ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བར་དུ་དཀའ་སྤྱུག་དུ་མར་
གདོང་ལེན་གནང་དགོས་བྱུང་། སྤྱི་བུ་དམ་པ་དེར་རང་གི་བཤེས་གཉེན་ལ་མེ་དོག་དང་བདུག་
སྟོས་གྱིས་མཆོད་པའི་ཆེད་དུ་དདུལ་མེད་པས་ངལ་རྩོལ་བྱ་བར་བརྩམས་ཀྱང་ཡུལ་མ་རྟེན།
ཐབས་ལམ་ཇི་ལྟར་བཅའ་ཀྱང་འགལ་སྟེན་དང་ཕྲད་པས། ཇོགས་བྱང་དུ་བཀྲི་བའི་ལམ་

ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་བའི་ཚུལ།

བསྐྱབ་པ་ནི་དཀའ་ལ། དེའི་ཆེད་དུ་རང་གི་ལུས་སྒོག་ཀྱང་གཏོང་དགོས་པ་ཡོང་ངོ་།

མཐའ་མར་རྟག་དུ་རང་གི་བཤེས་གཉེན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་འཁྱོམ་ཏེ་འོན་ཀྱང་དེར་སྤྲར་
ཡང་དཀའ་ཆོགས་གསར་པ་དང་ཕྱད་དེ་གང་བསྐྱབས་པ་རྣམས་སྒྲེགས་བཅ་དུ་བྱ་བའི་ཤོག་བྱ་
དང་འབྲི་བའི་སྒྲག་སྒྲུག་མ་རྟེན། དེས་རང་གི་མཁྱེས་མ་ལུག་སྒྲེ་ཁག་གིས་ཟིན་བྲིས་བཀྲིས།
ཚུལ་འདིའི་སྒོ་ནས་བདེན་པ་རྟེན་དོ།

༩ ཆེས་ཐུབ་པའི་དུས་ཤིག་ན་ལེགས་སྤྱོད་ཞེས་པའི་ཕུ་གུ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་རྟོགས་
བྱུང་ཐོབ་པར་འདོད་དེ། དེ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་ལམ་བཅའ་ཏེ། ཕུ་གུ་དེས་ཉ་པ་ཞིག་ནས་རྒྱ་
མཚོའི་ཡོན་ཏན་ལ་བསྐྱབས། སྤྲོན་པ་ཞིག་ནས་ཐུག་བཤམ་དུ་ཆུད་པའི་ནད་པ་དག་ལ་སྤྱིང་
ཇི་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཤེས། སྒྲེ་བོ་འཁྱོམ་པུན་ཞིག་ནས་རང་གི་བདེ་དོན་རིན་དཔུལ་གསོག་
འཇོག་ལ་ཐུག་ཚུལ་རྟོགས་ཏེ། རྟོགས་བྱུང་གི་ལམ་ཉམས་ལེན་ཇི་ལྟར་བྱུང་རུང་། ལྷན་སྦྲེང་བྱ་
དགོས་པ་ཤིང་དུ་གལ་ཆེ་ཡིན་པར་ངེས་པ་རྟེན།

སྒོམ་ལ་གནས་པའི་རབ་བྱུང་ཞིག་ལས། དག་ཅིང་ཞི་བའི་སྒོ་ལ་གཞན་རྒྱུད་དུལ་བའི་
རུས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་ཤེས། ཉིན་ཞིག་བྱུང་མེད་ངོ་མཚར་ཅན་ཞིག་དང་ཕྱད་
ཅིང་། དེའི་བརྟེན་མེས་ཀྱིས་ཡིད་འཕྲོག་ཅིང་། དེ་ལས་སྤྱོད་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་
པར་ཤེས། ཡང་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཤིང་ཁོངས་པ་ཞིག་ལས། རང་གིས་འདོད་པའི་གནས་ཤིག་དུ་
འཁོད་པར་སྤྱི་གྱིད་རི་བོ་དང་། མེད་ལུང་གཤོང་བཟའ་དགོས་པའི་གདམས་ཐོས་པ་ན། ཕུ་གུ་
དེར་རང་གིས་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་ཚུང་བ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་དུ་འཆར་བའི་ངེས་པ་རྟེན།

ཕུ་གུ་དེས་བྱུང་མེད་དཔུལ་པོ་དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན་ཞིག་ལས་བཟོད་པ་བསྐྱབས། ལྷ་ལམ་
དུ་ཆེ་བའི་ཕུ་གུ་དག་ལས་མ་བཅོས་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་སྒོ་བ་ཆན་བསྐྱབས། སྒྲེ་བོ་གཞན་དུ་མ་ལྟར་
གང་བྱུང་ལ་འདོད་པ་མི་བྱེད་པའི་སྒྲེས་བྱ་ཞི་དུལ་ཉམ་རྒྱུད་རྣམས་ལས་སྤྱོད་ཆོགས་ནང་ཞི་ལྟོད་

མཐུན་པར་གནས་པའི་སྒྲིང་པོ་གསལ།

སྒྲིལ་གྱི་རྒྱལ་ཡིགས་མི་འདྲ་བ་མཉམ་སྦྲེང་ལས་མཐུན་བསྐྱེད་དང་། མེ་དོག་མཐུན་
བསྐྱེད་ལས་བཀྱིན་རྗེས་དྲན་ཀྱང་བསྐྱབས་སོ། ཅིན་ཞིག་ནགས་ཤིག་དུ་བསྐྱོད་པ་སྐབས་སྤོང་
པོ་སྤྱུས་ལེགས་ཤིག་གི་དོག་དུང་ལ་གསོས་ཏེ་བསྐྱད་པ་ན། སྤོང་པོ་བཟང་བ་ཞིག་ནས་ལྗང་བུ་
འཛང་ལོང་བྱེད་པ་བཞིན་མཐོང་བས། མི་ཆེ་འདི་ཉིད་ངས་གདན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་
རྟོགས་སོ།

ཉིན་དུས་ཀྱི་ཉི་འོད་དང་། མཚན་མེད་སྐར་མཇུག་དག་གིས་རང་རྒྱུད་དྲངས་གིང་སངས་
བར་བྱས་པས། རང་གི་ཡུན་རིང་འགྲུལ་བཞུད་སྐབས་ཀྱི་མྱོང་བ་དག་ལས་ལེགས་སྒྲིན་ལ་
ཕན་ཐོགས་སྒྲི་ཆེ་བྱང་།

དེས་ན། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སེམས་
མཛེས་ལྷན་ཅན་གྱི་ཕོ་བྲང་དུ་མོས་ནས་རྒྱུན་གྱིས་བརྒྱན་པར་བྱེད་ལ། སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་མོ་ཕྱི་
ནས་སངས་རྒྱུ་གནས་ལྷན་ལྷན་སྤྱོད་དང་ས་ཏེ་དད་པའི་བདུག་སྒྲིམ་དང་། རྒྱུ་རྒྱུ་དང་
དགའ་ཚོར་གྱི་མེ་ཏོག་གིས་མཛོད་དགོས་སོ།

74

ཉམས་སྒྲུབ་ལོན་པའི་ཚུལ།

१ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ལམ་ལ་སློབ་པའི་སྤྱི་པོ་རྣམས་ནས་ལམ་ཉམས་ཡོན་གྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་
ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱས་ནས་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་། དེ་གསུམ་ནི། དང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་
པ། གཉིས་པ་ཉིང་པེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ། གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཙས་ཡིན་ནོ།
ཚུལ་ཁྲིམས་གང་ཡིན་ཞེན། ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ཞུགས་ཀྱི་སྤྱི་པོ་ཐམས་ཅད་བཟང་སྤྱོད་

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་པའི་ཚུལ།

ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་དག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་དགོས་ཤིང་། རང་གི་ལུས་སེམས་དང་དབང་པོའི་སྒོ་ཐུ་
ཡང་སྤང་དགོས། ཐྱིག་པ་རུང་བུ་ཙམ་ལ་འང་འཛེམས་དགོས་ཤིང་། དགེ་བར་རྟག་བྱ་སྒོའ་
དགོས་སོ།

རྟིང་ངེ་འཛིན་གང་ཞེ་ན། དེ་ནི་འདོད་རྩམས་དང་ཚུལ་མིན་འདོད་པ་དག་ལས་མྱར་
བར་གྲོལ་བ་དང་རང་སེམས་ཞི་ཞིང་དག་པ་བརྒྱུང་བ་ལ་བྱའོ།

ཤེས་རབ་གང་ཞེ་ན། དེ་ནི་བདེན་པ་བཞི་པོ་ཚུལ་བཞིན་བྱ་རིག་ཅིང་གནས་པའི་ཤེས་
རབ་ལ་བྱ་སྒྲེ། ཐུག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་བཞིན་རིག་པ་དང་དེའི་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་རྟོགས་པ། དེ་བཀལ་
པའི་འགོག་བདེན་ཁོང་བྱ་རྒྱུད་པ་དང་། འགོག་པ་དེར་བགྱི་བའི་འཕགས་ལམ་ཤེས་པ་དག་གོ་
གང་དག་ཉམས་ལེན་གྱི་བསྐྱབ་པ་འདི་གསུམ་པོར་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྒོའ་པ་དག་ནི་སྟོན་པའི་
རྗེས་འཇུག་གོ།

དཔེར་ན། དུང་ག་ལྷགས་མི་ཐུག་ཅིང་། སྐད་མི་སྟོན་ལ། ར་ཙེ་མེད་པའི་བོང་བྱ་ཞིག་
གིས་བ་ལྷགས་ཀྱི་ཁྱ་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་ལྷགས་ཏེ། གཟིགས་དང་། ང་ཡང་བ་ལྷགས་ཡིན་ཞེས་
བརྗོད་ན། ཅི་དེར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པའི་སྤྱི་བོ་ཡོང་ངམ། ཚུལ་དེ་བཞིན་བྱ། བསྐྱབ་པ་གསུམ་
ལ་མི་སྒོའ་བྱང་། ལམ་ལྷགས་སམ་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་པར་ཁེངས་སྟེགས་བྱེད་པ་དག་
ནི་སྟོན་པོ་ཡིན་ནོ།

ཞིང་པ་ཞིག་གིས་སྟོན་བྱས་སུ་བཙས་མ་བཤེས་ཐོན་བྱ། ཐོག་མར་ཞིང་མོ་བ་དང་།
མོན་འདེབས་པ་དང་། ཞིང་རྒྱ་འབྲེན་པ་དང་། དབྱིད་ཀའི་དུས་སུ་རྩ་སྟིགས་སོགས་འདོན་པ་
བྱ་དགོས་པ་བཞིང་། རྟོགས་བྱང་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་སྒོའ་དགོས་
པ་དང་། རི་ཁྱར་ཞིང་པ་ཞིག་གིས་ད་རིང་ལོ་མ་ཁ་འབུས་དང་། སང་ཉིན་སྐྱ་གྱ་དང་། དེའི་ཕྱི་
ཉིན་ལོ་ཉོག་ལ་རེ་བ་བྱ་བ་མི་ཐུབ་པ་བཞིན། རྟོགས་བྱང་སྐྱབ་པའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ནས་ད་རིང་
འཇིག་རྟེན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་། སང་ཉིན་འདོད་པ་ངན་པ་དང་ཆགས་པ་སོགས་སྤངས་

དེ། དེའི་ཕྱི་ཉིན་རྫོགས་བྱུང་འཕྲོལ་པའི་རེ་བ་བྱ་མི་རུས་སོ།

གཞན་ཡང་། ས་བོན་བདེ་བ་ཟེན་པའི་རྗེས་སུ་ནམ་དུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་དང་ལོ་རྟོག་མ་
སྒྲེས་ཀྱི་བར་དུ་ཞིང་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱ་གུར་གཅེས་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བ་བཞིན། ལམ་སྐབས་པའི་སྒྲེ་
བོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་ཞུགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྫོགས་བྱུང་གིས་ཞིང་མོ་
བ་དང་ཀོ་བ། ཡར་འདེབས་པ་སོགས་ལ་བརྩོན་དགོས།

༢ ཇི་སྲིད་དུ་བདེ་བ་དང་རྒྱས་སྤྱོད་ལ་བརྒྱུ་སྐྱེས་སྤྱོད་དང་རང་རྒྱུད་འདོད་པ་རགས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་འབྲུག་པ་དེ་སྲིད་དུ་ལམ་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྲོ་ལ། འཇིག་རྟེན་གྱི་བདེ་བ་དང་།
ལམ་བདེན་གྱི་བདེ་བ་གཉིས་དབར་ཁྱད་པར་ཆེ་ལོ།

གོང་དུ་བཤད་ཟེན་པ་བཞིན། སེམས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་
སེམས་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བར་འཇུག་ན། འབྲུལ་བ་དང་སྤྱུག་བཤལ་འབྱུང་བ་གོར་མ་
ཆགས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་གལ་ཏེ་སེམས་འདི་ཉིད་བདེན་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་ན། བདེ་བ་དང་།
འདོད་དོན་གྲུབ་པ་དང་། རྫོགས་བྱུང་ཡང་དེ་བཞིན་ངེས་པར་མངོན་དུ་བྱེད་པར་འབྱུང་རོ།

དེས་ན་རྫོགས་བྱུང་སྐབས་པའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ནས་རང་སེམས་དྲི་མས་མ་གོས་པར་བསྐྱབ་
གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་ལ་རྒྱུན་དུ་གནས་དགོས། དེ་ཡང་གལ་ཏེ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ན་ཏིང་
ངེ་འཛིན་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་ལ། ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་ན་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱང་རང་
བཞིན་གྱིས་འཕྲོལ་ཅིང་། དེས་རྫོགས་བྱུང་དུ་བཀྲི་བར་བྱེད་དོ།

ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ཤིང་། བསམ་གཏན་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཤེས་རབ་སྒྲོམ་པ་ནི་
རྫོགས་བྱུང་སྐབས་པའི་ལམ་དངོས་ཡིན་པ་དང་། ཉམས་ལེན་འདི་དག་ལ་མ་གནས་པར། སྒྲེ་བོ་
རྣམས་ནས་ཡུན་རིང་ཉོན་མོངས་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱེད་ཡོད་ཅིང་། ད་ནི་རྫོགས་བྱུང་གི་སྤྱད་དུ་
གཞན་ལ་འབྲུག་རྩོད་མི་བྱ་བར། དག་ཅིང་གསལ་བའི་སེམས་སྒྲོམ་དགོས་སོ།

ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་བའི་ཚུལ།

༣ ཉམས་ལེན་གྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་འདིར་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་ན། དེ་དག་གིས་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད། དུན་པ་ཡང་དག་བཞི། ཡང་དག་སྒྲིང་བ་བཞི། དབང་པོ་ལྔ་དང་ཕར་ཕྱིན་དུག་བཅས་བཅུས་ལ།

འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ། ཡང་དག་པའི་ངག ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ། ཡང་དག་པའི་འཛོལ། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ། ཡང་དག་པའི་དུན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྟིང་ངེ་འཛིན་བཅས་སོ།

ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི། བདེན་པ་བཞི་པོ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཤེས་བཞིན་དུ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་ངེས་པ་རྟེན་ཅིང་། འདོད་པ་དང་སྤང་ཆོད་ཀྱིས་མ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་རྣམས་བཅུ་ལ།

ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད། ང་རྒྱལ་དང་། གནོད་སེམས་དག་གིས་མ་གོས་པར་བྱ་ལ།

ཡང་དག་པའི་ངག་ནི་རྩུན། སྤྲ་ས། ཚིག་རྩུབ་དང་། ངག་འཆལ་མི་སྒྲིབ་པ་ལ་བྱ་ཞིང་།

ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་ནི་སྤྲོག་གཅོད་པ་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་དང་། ལོག་གཤེས་སོགས་སུ་མི་འཇུག་པ་ལ་བྱ་ལོ།

ཡང་དག་པའི་འཛོལ་ནི་ངོ་ཚ་ཤེས་པར་བྱ་ལ།

ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་ནི་ལས་བཟང་པོར་རང་གི་རུས་ཆད་དང་བསྐྱེད་ཏེ་བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་པ་ལ་བྱ་ཞིང་།

ཡང་དག་པའི་དུན་པ་ནི་དུན་པ་ཡང་དག་འཛིན་པ་ལ་བྱ།

ཡང་དག་པའི་རྟིང་ངེ་འཛིན་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་ཆེད་དུ་སྒྲོ་ཞི་ཞིང་། དྲང་པོར་སྤང་བ་ལ་བྱ་ལོ། དེའང་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་འཛོལ་བ་ལ་ལོ།

༤ དྲན་པ་ཉེར་བཞག་བཞི་ལས། ཡུང་པོར་ཆགས་པ་ལས་གོལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡུང་པོ་མི་གཙང་བར་ལྟ་བ་དང་། ཚོར་བ་བདེ་སྤྱད་གང་ཡིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་དབང་པོ་རྣམས་སྤྱད་བསྐྱལ་གྱི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་ལྟ་བ། སེམས་ཉིད་རྟག་དུ་གཡོ་འབྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་ལྟ་བ་དང་། མི་འགྱུར་བའི་དངོས་པོ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ཅིང་། བསམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བར་ལྟ་བ་བཅས་རིམ་པ་བཞིན་ནོ།

༥ ཡང་དག་སྟོང་བ་བཞི་ནི། དང་པོ། མི་དགེ་བར་འཇུག་པ་ལས་འགོག་པ། གཉིས་པ། མི་དགེ་བར་ཞུགས་ཟིན་པ་རྣམས་ལས་སྦྱར་བར་སྟོམ་པ། གསུམ་པ། དགེ་བ་ལ་བསྐྱལ་བ། བཞི་པ། དགེ་བ་སྤེལ་བ་དང་རྒྱུན་སྟོང་བར་བསྐྱལ་བ་དང་བཞི་ཡིན་ཞིང་། འདི་དག་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་དགོས་སོ།

༦ རྣམ་བྱུང་གི་དབང་པོ་ལྔ་ནི། དང་པོ། ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ། གཉིས་པ། བརྩོན་པར་མོས་པ། གསུམ་པ། ཡིད་བརྟན་འཕེར་བའི་དྲན་པའི་དབང་པོ། བཞི་པ། བསམས་གཏན་ལ་གནས་པའི་ཉིང་པེ་འཛིན་གྱི་དབང་པོ་དང་། ལྔ་པ། ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་བཅས་ཡིན་ཞིང་། འདི་དག་འཆང་རྒྱ་བར་མེད་དུ་མི་རུང་གི་དབང་པོ་ཡིན་ནོ།

༧ ས་རོལ་རྟོགས་བྱུང་གི་སར་རེག་པའི་སར་ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ནི། སྤྱིན་པའི་ཉམས་ལེན། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན། བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན། བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་ཉམས་ལེན། བསམས་གཏན་གྱི་ཉམས་ལེན་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཅས་ཡིན་ཞིང་། འདི་དག་གི་ཉམས་ལེན་ལ་འཇུག་པས་ནི་ངེས་པར་དུ་མ་རིག་པའི་ས་རོལ་དུ་སོན་ཏེ་རྟོགས་བྱུང་གི་སར་རེག་པར་རུས་སོ།

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་བའི་ཚུལ།

དེ་ཡང་སྤྱི་བའི་ཉམས་ལེན་གྱིས་སེར་སྒྲ་དང་བདག་གཅེས་ལས་སྒྲོལ་ཞིང་། ཚུལ་
ཁྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལས་གཞན་བདེར་ཡིད་བྱེད་འབྱུང་བ་དང་། བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་
གྱིས་ཁོ་བ་སྤང་ལུས་ཤིང་། བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལས་རང་ཉིད་འགྲུས་པོ་དང་དང་ཅན་
དུ་བྱེད་ལུས། བསམ་གཏན་གྱི་ཉམས་ལེན་གྱིས་བྱིང་ཚོད་ལས་སྤང་བ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་
ཉམས་ལེན་ལས་སྒྲིབ་པ་དང་ཚོངས་པས་བཅིངས་པའི་སེམས་འདི་ཉིད་དག་ཅིང་གསལ་ལ་
རིག་པའི་ངོ་བོར་སྒྱུར་བར་བྱེད་དོ།

སྤྱི་བ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ནི་ཁང་པའི་རྩིས་མང་ལྟ་བུ་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན། བཟོད་པ་
དང་བརྩོན་འགྲུས་ནི་ཕྱི་དག་པོ་ལས་སྤང་བའི་ཁང་པའི་རྩ་བ་ལྟ་བུ་དང་། བསམ་གཏན་དང་
ཤེས་རབ་ནི་སྤྱི་འཆིའི་གཡུལ་ལ་དངོས་སུ་ཚོལ་བའི་གོ་མཚོན་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ།

གལ་ཏེ་སྤྱི་བོ་ཞིག་གིས་རང་གི་བདེ་དོན་དུ་འཕམ་མ་བྱིན་པ་ལས་བྱིན་པ་ཉིད་བྱ་བདེ་བའི་
གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་བ་ནི། སྤྱི་བ་ཡིན་ཡང་སྤྱི་བ་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་བ་ཡང་
དག་ནི། གཞན་གྱིས་རེ་འདོད་བྱེད་མིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་བརྩེ་བས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་སྤྱི་བ་
ལ་བྱ་ལ། དེ་ཡང་རེས་འགའ་མ་ཡིན་པར་རྒྱན་དུ་གཏོང་བ་ལ་བྱ་དོ།

མྱེར་བའི་མཇུག་དུ་ཡངས་སེམས་སྤྱི་བའམ་གཏམ་ལ་རེ་བས་སྤྱི་བ་ཡང་སྤྱི་བ་ཡང་
དག་མ་ཡིན་ལ། སྤྱི་བ་ཡང་དག་ནི་སྤྱི་བ་པོ་དང་། སྤྱི་བའི་ཡུལ་དང་། སྤྱི་བའི་རྩ་
གསུམ་གྱི་དྲན་པས་ཁྱད་པར་དུ་མི་བྱེད་པར་ཡིད་བདེའི་ངང་སྤྱི་བ་ལ་བྱ་ཞིང་། སྤྱི་བ་ཡང་
དག་ནི་སྤྱི་བ་ལ་མི་རེ་བར་རྩོགས་བྱང་གི་དོན་དུ་བརྩེ་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་ཞིག་
དགོས་སོ།

དཔལ་འཕྲོར་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་དབུལ་བའི་སྤྱེས་བུ་རྣམས་ནས་ཀྱང་མཚོད་པ་རྣམ་
གངས་བདུན་འབུལ་བར་རིགས་དྲེ། དང་པོ་ལུས་ཀྱི་མཚོད་པ་ནི། ལུས་ཀྱི་རྩ་བ་པོ་སྤྱོད་ནས་
ཞབས་འདེགས་སྒྲབ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་མཚོག་དུ་ལྟར་པ་ནི་རང་སྤྱོད་སྤྱོས་

བཏང་གིས་མཛོད་པ་ལུ་བ་ཡིན་པས། འཆད་པར་འབྱུང་བའི་སྤྱི་ཚུལ་གསལ། གཉིས་པ་
ཡིད་ཀྱི་མཛོད་པ་ནི། གཞན་ལ་སྤྱི་རྗེ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། གསུམ་པ་སྤྱི་མཛོད་པ་ནི། མིག་
བཟང་ཕྱགས་ལེགས་པའི་སྤྱི་ཚུལ་གཞན་མཁྱེད་པ་ཡིན། བཞི་པ་བཞིན་རས་ཀྱི་མཛོད་པ་
ནི། བཞིན་རས་འཇུག་དཔུལ་ཏེ་གཞན་བསུ་བ་ཡིན། ལྷ་པ་ངག་གི་མཛོད་པ་ནི། གཞན་ལ་
སྤྱི་པར་སྤྱི་བ་ཡིན། དུག་པ་གདན་ཀྱི་མཛོད་པ་ནི། རང་འདུག་སའི་སྤྱི་པ་གཞན་བཞུགས་
སུ་གསོལ་བ་ཡིན། བདུན་པ་གནས་ཀྱི་མཛོད་པ་ནི། མཚན་གཅིག་གཞན་ལ་གནས་ཁང་
གཡར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། མཛོད་པ་འདི་དག་ནི་སྤྱི་བ་མཚན་དམན་ཀྱང་གིས་རྒྱན་དུ་ཉམས་སུ་
ལེན་རུས་སོ།

༩ རྟོག་སེམས་དཔལ་ཞེས་འཕྲོད་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་གཞི་ཡོད་ཅིང་། ཉིན་ཞིག་དེ་ཉིད་རང་
གི་གཅེན་པོ་གཉིས་དང་ལྷན་ཅིག་ཞགས་སུ་རྩེ་བར་བསྐྱོད་པ་ན། དེར་ཆེས་བཀྲེས་པའི་སྤྱི་
མོ་ཞིག་རང་གི་སྤྱི་གཞི་བདུན་པོ་ཟ་བར་ཉེ་བ་ལ་གནས་པ་གཟིགས།

སྤྱི་ཆུང་པ་དག་སྤྱི་ཆུང་ཆུང་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་བྲག་མཐོ་པོ་ཞིག་གི་
སྤྱི་དུ་འཇོགས་ཏེ། སྤྱི་སྤྱི་གཞི་དེ་ཆུང་སྤྱི་བ་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱི་མོ་ལེན་པར་རང་ཉིད་
འཕངས།

དེ་ཡང་རྒྱལ་སྤྱི་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོས། སྤྱི་པོ་འདི་ནི་འབྱུང་ཞིང་མི་རྒྱལ་ལ། འོན་
ཀྱང་ཁོ་བོས་འདི་ཉིད་ལ་དཔལ་གཅེས་པར་བཟུང་། ད་ནི་རྟོགས་བྱུང་འཕྲོད་པའི་ཆེད་དུ་ཁོ་
བོས་སྤྱི་པོ་འདི་ཉིད་སྤྱི་མོར་སྤྱི་ཆུང་སྤྱི་བ་པའི་རང་ཆུང་ལས་བཟང་པོ་འདི་ལ་འཇུག་ཅིང་།
འདི་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་སྤྱི་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོའི་ཀྱང་སྤྱི་ཆུང་གིས་རྟོགས་བྱུང་ལ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་
འདོད་པ་བཅས་མིན་ཡོད་པ་མཚོན་ནོ།

༡༠ རྟོགས་བྱུང་སྤྱི་བ་པའི་སྤྱི་པོ་ཆུང་སྤྱི་བ་པའི་སྤྱི་བ་པའི་ཆེད་མེད་པའི་རང་

ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་པའི་ཚུལ།

ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་བཞི་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ནི། བྱམས་པ་དང་སྤྲིང་། དགའ་བ་དང་བདང་སྟོམས་
ཚད་མེད་བཅས་ཡིན་ལ། བྱམས་པ་ལ་གནས་པས་འདོད་ཆགས་ལས་གྲོལ་བར་རུས། སྤྲིང་རྒྱུ་
ལ་གནས་པས་ཁོ་བ་ལས་གྲོལ་བར་རུས་པ་དང་། དགའ་བ་ལ་གནས་པས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་
གྲོལ་རུས་ཤིང་། བདང་སྟོམས་ལ་གནས་པས་དག་གཉེན་གྱིས་རིགས་སུ་གཙོད་པའི་སྒྲོ་འགོག་
རུས་སོ།

སྤྲིང་རྒྱུ་འགོ་བ་རྣམས་དགའ་བ་དེར་འགོད་པར་བྱེད། བྱམས་པས་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་
སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཐའ་དག་སྒྲོལ་བར་བྱེད། དགའ་བས་འགོ་བ་རྣམས་སྤྲུག་
བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བར་གནས་པར་བྱེད་ཅིང་། བམས་ཅད་དགའ་བ་དེར་གནས་པ་ན་ནི་
བདེ་ཆེན་པོས་ཁུབ་ལ། དེས་ན་བམས་ཅད་ལ་སྟོམས་པར་སེམས་པ་འབྱུང་ངོ་།

ནན་གཟབ་ཀྱིས་ཚད་མེད་བཞི་པོ་ལ་སྒྲོལ་རུས་ཤིང་། དེ་དག་ལ་བསྐྱབས་ནས། འདོད་
ཆགས་དང་། ཁོང་ཁོ་དང་། སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། ཞེས་པའི་སྒྲོལ་བར་གྲོལ་རུས་ལ། འོན་
ཀྱང་འདི་ཉིད་བྱ་བར་སྒྲོ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་དན་པ་ལས་ཐར་བ་ནི། ཁང་སྤང་གི་ཁྱིམ་ལས་
ཐར་བར་དཀའ་བ་བཞིན་ཡིན་ཞིང་། དྲང་བདེན་དང་སྒྲོ་བ་ཟང་པོ་ཉམས་པ་ནི་ནགས་ཀྱི་ཤ་བ་
བཞིན་སྟོར་བར་སྒྲུའོ། ཡང་ན་སྒྲོ་དན་པ་ནི་རྩོལ་བཞིན་པའི་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པར་དཀའ་ལ།
སྒྲོ་བ་ཟང་པོ་ནི་རྩེ་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པར་སྒྲུའོ། དངོས་འབྱེད་ཏུ་རྟོགས་བྱུང་ཏུ་སྒྲོ་བ་པ་ནི་ཤིན་
ཏུ་ནས་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

༡༠ རྩོན་ཁྱིམ་ཚང་འཕྱོར་ཡན་ཞིག་ལ་ས་རོ་ཆ་ཞེས་པའི་སྟེན་པ་གཙོང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་།
རྟོགས་བྱུང་ལ་དོན་གཉེར་བཅོས་མ་མིན་པ་ཡན་པས་རྩོན་པའི་རྟེན་པ་འཇུག་བྱ་བར་འདོད་ནས།
རང་གི་རྒྱུ་དང་པ་ལས་ཁྲག་མ་འཇགས་ཀྱི་བར་དུ་ངལ་ཚུལ་ཆེན་པོ་བྱས།

བདེ་བར་གཤེགས་པས་དེ་ཉིད་གཟིགས་ནས་སྤྲིང་རྒྱུ་པར་འཁྱུངས་ནས། མོ་ར་ཆ་

མིང་ནས་བོས་ནས། ཁྱད་ཀྱིས་ཁྱིམ་དུ་བེ་ཕང་ལ་དབྱེད་ཞིབ་བགྱིས་སམ། བེ་ཕང་གི་རྒྱུད་ཐག་
ནམས་ཆེས་ཤད་ཆེར་འཐེན་པས་དེ་ལས་སྤྲ་སྟན་མི་འབྱུང་ཞིང་། རྒྱུད་ཐག་ལྟོད་པོར་འཛོག་
པས་ཀྱང་སྤྲ་སྟན་མི་འབྱུང་ལ་རྒྱུད་ཐག་སྤྱིམ་ལྟོད་འཆམས་པོར་འཛོག་པ་ལས་སྤྲ་སྟན་འབྱུང་
ངོ་།

བེ་ཕང་གི་རྒྱུད་ཐག་འཆམས་པོར་སྤྱིག་དགོས་པ་བཞིན་དུ་རྟོགས་བྱུང་དུ་སློབ་པའང་དེ་
བཞིན་ཡིན་དེ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་ཆེས་ལྟོད་ཡངས་སུ་གཏོང་བའམ་ཆེས་དམ་པོར་བཟུང་
བས་རྟོགས་བྱུང་མི་འགྲུབ་ཅིང་། ཉམས་ཚད་ཐིག་པོ་དང་རན་པོ་ཞིག་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་
གསུངས། ས་རོ་རྩེ་རྩེ་གཤི་དག་གདམས་ངག་དུ་འཆར་བས་མཐར་རང་གིས་འདོད་པའི་
དོན་གྲུབ་པོ།

༡༡ སྟོན་གོ་མཚོན་ལྗེ་འཐབ་ཚོད་ལ་མཁས་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཞིག་
ཡོད་ཅིང་། ཉིན་ཞིག་རྒྱལ་སྤྱིའི་དེ་ཉིད་རྒྱན་གདན་གྱི་སྤྱོད་བདར་ལས་འོག་པ་ན། གཞོད་སྟོན་
ཀྱིས་མི་རྒྱལ་པའི་ལྷན་ཁྲིམས་ཅན་གྱི་མི་བོ་ཆེ་ཞིག་དང་འཕྲད།

རྒྱལ་སྤྱིའི་སྤྱོད་ཐབས་ཅན་དེས། དཔའ་སྤྱིང་མ་གྲགས་པར་འཐབ་ཚོད་བྱས། དེ་ཡང་
ཐོག་མར་མདའ་འཕངས་ཀྱང་གཞོད་འཆོ་མེད་པར་སར་ལྷུངས། དེ་ནས་མདུང་འཕངས་ཀྱང་
དེ་བཞིན་དུ་ལྷགས་པ་མཐུག་པོར་འབྲིགས་མ་རུས་པར་ལྷུང་། དེ་རྗེས་དབྱུག་པ་དང་མདུང་
ཐུང་བསྟུན་ཀྱང་གཞོད་མ་རུས། དེ་རྗེས་གྱི་རིང་དང་། དངོས་སུ་རྒྱུང་ལག་སོགས་ཀྱིས་ཚོལ་
ཀྱང་གཞོད་ཆབས་མ་བྱུང་། མི་བོ་ཆེ་དེས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐབས་མཁས་པའི་དེ་ཉིད་རང་གི་ལག་པས་
དམ་མཁེགས་མཁེགས་པོར་བཟུང་བ་ན། རྒྱལ་སྤྱིའི་དེས་རང་གི་མགོ་གཡོ་འགྲུལ་གྱིས་བྱོས་
པར་བརྩམས་ཀྱང་ཕན་འདོགས་མ་བྱུང་།

དེ་ནས་མི་བོ་ཆེ་དེས། ཁྱད་ཀྱིས་ཁོ་བོར་ཚོལ་བ་ནི་ཕན་གཞོད་མེད་པས། ད་ནི་ཁྱད་ཁོ་

ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་པའི་ཚུལ།

པོས་ཟ་བར་བྱའོ། ཞེས་སྤྲུལ་པ་ན། རྒྱལ་སྤྲུལ་དེས་མི་བོ་ཆེ་དེར། ཁོ་བོ་ད་དུང་ཐབས་མཚན་
ཞིག་ཡོད་དེ། ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོ་བོ་ཁྱུང་མིད་དུ་བཏང་ན། ཁོ་བོས་ཁོག་པའི་ནང་ནས་ཁྱེད་ལ་
གཞོད་འཆེ་བཀྱིས་རུས་སོ། ཞེས་ལན་བཏབ་པས། རྒྱལ་སྤྲུལ་དེའི་སེམས་ཤུགས་དང་སྟོང་
སྟོབས་ཀྱི་མི་བོ་ཆེ་དེ་གསོས་བདེར་མི་འཇོག་ཅིང་། མི་བོ་ཆེ་དེ་རྒྱལ་ཇི་ལྟ་བུས་བྱ་བར་འཇུར་
ཞེས་དྲིས་པར། བདེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སོ་ཞེས་ལན་བཏབ།

དེས་ན་རྒྱལ་སྤྲུལ་དེ་གློད་བཀོལ་གྱིས་ཆོས་བདེན་པ་བསྟན་པར་ཞུས།

གཏམ་རྒྱུན་འདིས་ནི། སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ནས་འགལ། རྟེན་དུ་མས་སྟོང་
སྟོབས་མ་ཞུས་པར་རྟག་དུ་རྟེན་བཅོན་གྱིས་ལམ་ལ་སྟོབ་པར་བསྐུལ་ལོ།

༡༢ ངོ་ཆ་མེད་པ་དང་། ཁྲེལ་མེད་པས་མིའི་འགྲོ་བ་ལ་གཞོད་ཅིང་འཆོལ། ངོ་ཆ་ཤེས་
པ་དང་ཁྲེལ་ཡོད་པས་ནི་མིའི་འགྲོ་བར་ཕན་རྒྱལ་བ་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་གི་ཕ་མ་དང་ཀན་
བགེས་རྣམས་ལ་གུས་བཀྱར་དང་སྦྲུག་གཉེན་རྣམས་ལ་ཞབས་འདེགས་ལྷ་བ་ཡང་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་
དང་ཁྲེལ་ཡོད་པས་ཡིན་ཞིང་། རང་གི་ཉམས་སྟོང་ལ་དབྱུང་ཀྱང་རང་ལ་ལྟོས་ནས་ངོ་ཆ་ཤེས་
པ་དང་གཞན་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་ཁྲེལ་ཡོད་པ་འདི་ཉིད་ཕན་རྒྱལ་བ་ཆེ་བར་ཤེས་སོ།

འཁྱོད་སེམས་བསྟེན་ན་སྒྲེ་བོ་དེའི་སྟོག་པ་རྣམས་དག་པར་འབྱར་ཞིང་། དེ་ལས་ལྷོག་ན་
སྟོན་བྱས་སྟོག་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུན་བསྟར་ཞིང་། དེས་རྒྱུན་གཏམ་དུ་གཙེ་བར་འབྱར་རོ།

གང་དག་གིས་དམ་ཆོས་ཐོས་ཏེ། དེའི་དོན་ཁོང་དུ་རྟུང་ནས་རང་རྒྱུད་ལ་འབབས་པར་
བྱེད་པ་རྣམས་ལ་དམ་ཆོས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་བ་ཐོབ་ལ། གཞན་ཉམས་སྤྱུ་མ་སྒྲངས་པར་ཐོས་རྒྱུ་
གིས་རྟོགས་བྱུང་འཐོབ་པར་ནི་མི་རུས་སོ།

དད་པ་དང་། ཞི་བ་དང་། ཉམས་རྒྱུང་། བཅོན་འགྲུལ་དང་། ཤེས་རབ་རྣམས་ནི་
རྟོགས་བྱུང་སྐབས་པའི་གོགས་རུས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཤེས་རབ་ནི་ཐམས་

ཅད་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་ཤིང་། གཞན་རྣམས་དེའི་ཆ་ཤས་ཡིན་ནོ། གང་དག་གིས་ལམ་ལ་
སློབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་དང་དོན་མེད་གཏམ་འཆལ་དང་གཉིད་སྤྲུག་ལ་
མོས་པ་ཆེ་བ་དག་ནི་རྟོགས་བྱུང་གི་ལམ་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ།

༡༣ རྟོགས་བྱུང་བསྐྱབ་པ་ལའང་རེ་འགའ་ལྟར་བར་བཤོད་ཅུས་པ་སྤིང་ཁྱད་ཀྱི་དེ་དག་
ལས་བུལ་བ་རྣམས་ཞུས་པར་མི་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། མདའ་སྟོང་བྱེད་པའི་སྤྱོད་པ་མཐར་
ཕྱིན་པར་མི་བྱེད་ཀྱིང་། དགའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་གྱིས་བཟོད་པ་བསྟེན་ཏེ་རྒྱུན་སྟོང་བྱེད་པས་
ཉིན་རེ་བཞིན་གོང་འཕེལ་འགོ་བར་ཤེས་པ་དང་། རྒྱགས་རྒྱ་ལྟ་བུར་མཚོན་ནའང་། ཐོག་མར་
རྒྱ་ཕྱན་གྱི་རྣམ་པར་རྒྱགས་ཤིང་། དེ་ནས་གོང་འཕེལ་གྱིས་མཐར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་འབབ་པ་
ལྟར་རོ།

དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་དང་བཙོན་པ་ཆེན་པོས་སྐྱབ་ན་སྤྱོད་རྟོགས་བྱུང་ཡང་ངེས་
པར་དུ་འགྱུར་པོ།

ཇི་ལྟར་གོང་དུ་འབྲེལ་བྱེད་པ་བཞིན། གལ་ཏེ་རང་གི་སློ་མིག་ཕྱེ་སྟེ་བཏང་ན་ས་ཕྱོགས་
ཐམས་ཅད་དུ་གདམས་ངག་རྟེན་དུ་ཡོད་པ་དང་། དེས་ན་འཚང་རྒྱ་བའི་མཐུན་རྟེན་ལ་མཐའ་
མེད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཐོན་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གཏུག་སྟེས་བསྟེན་བཞིན་ཡོད་པ་ན། བཏུག་སྟེས་
ཀྱི་དྲི་དེ་འོང་བ་མེད་ཅིང་འགོ་བའང་མེད་པ་དང་། སྤང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་མི་སྤང་བ་ཡང་
མ་ཡིན་པར་དོ་སྤང་བྱུང་བས། གལ་འགའ་ས་མེད་པའི་བྱུང་བ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་པོ་དེ་རྟོགས་
བྱུང་དུ་བཀྲིས་པར་བྱས་སོ།

ཐོན་སྤྱོད་པོ་ཞིག་གི་རྒྱང་པ་ཆེར་མ་ཟུག་སྟེ་ཟུག་དུ་ཆེན་པོ་ཕྱོད་བ་ན། ཟུག་དུ་དེ་སེམས་
སྤང་ནས་གུབ་པའི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཞིག་ཡིན་པར་ངེས་པ་རྟེན། ངེས་པ་དེའི་རྟེན་གྱིས་
ཕྱིས་སུ་སེམས་སྤང་བར་མ་རྟེན་ན་སྤྲུགས་མ་རྟེན་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཅི་སྟེ་སྤང་བར་རྟེན་ན་

ཉམས་རྟོགས་སྤྱོད་པའི་ཚུལ།

དེ་ལས་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་གཙང་མའི་སེམས་ཤིག་འབྱུང་བའི་ངེས་པའང་རྟེན་ཅིང་། ངེས་ཤེས་འདི་དག་ལས་དུས་མི་རིང་བར་སྤྱོད་པོ་དེ་རྫོགས་བྱུང་མངོན་དུ་བྱས་སོ།

ཐོན་སྤྱོད་པོ་འདོད་རྒྱུས་ཅན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ཉིན་ཞིག་རང་གི་འདོད་པ་སྤྱོད་བཞིན་དུ་
དེར་རྟོག་དཔྱད་བགྱིས་པས་མཐར་འདི་ལྟར་ངེས་པ་རྟེན། འདོད་རྒྱུས་ཀྱི་སེམས་འདི་དག་ནི་
བྱད་ཤིང་དང་ཤིང་རྩྭ་འདྲ་ཞིང་། འདི་དག་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བསྟེན་ཏེ་ཟད་པར་བྱེད་ཀྱས་པར་
ཤེས། ངེས་པ་དེ་སྤྱོད་པོ་དའི་རྫོགས་བྱུང་གྲུབ་པའི་ཐོག་མར་གྱུར།

ཡང་གནད་དུས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱན་ཞིག་དུ། རང་སེམས་སྟོམས་པོར་འཇོག་དང་། རང་
སེམས་སྟོམས་ན་འཇིག་རྟེན་ཡང་སྟོམས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཡོད་པ་ལྟར། འདི་ཉིད་ལ་སྒོ་
གཏད་དེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ལེགས་ཉེས་དང་མཐོ་དམན་ཐམས་ཅད་རིས་སུ་གཙང་པའི་སྒྲིའི་རྒྱ་
རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ངེས་པར་བྱ་ལ། གཏམ་ཚིག་འདི་དག་ནང་རྫོགས་བྱུང་གི་ལམ་ཡོད་ཅིང་།
འོན་ཀྱང་རྫོགས་བྱུང་གི་ལམ་ནི་མཐའ་མེད་པའོ།

ག

དད་པ་བྱ་ཚུལ།

༡ སངས་རྒྱས་དང་། ཚས་དང་། དག་འདུན་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་འགོ་བའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་
ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་སྟེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གིས་ནི་རང་སེམས་
དུལ་བའི་ཐབས་ལམ་བཞི་ལ་འཇུག་ཅིང་། དེའང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། དད་པ་དང་། མཚོད་པ་
དང་། ཤེས་རབ་བཅས་སོ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མར་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྔ་པོ་འདི་དག་ལ་སྒོལ་སྟེ།
སྟོག་གཙོད་སྟོང་བ། མ་བྱིན་པ་མི་ལེན་པ་དང་། མི་གཙང་མི་སྟོད་པ། རྒྱན་མི་སྤྲོད་པ་དང་།

སྤྱི་ལྟར་གྱི་རིགས་ལ་མི་སྤྱོད་པ་བཅས་སོ།

སངས་རྒྱུ་གྱི་རྗེས་འཇུག་དག་གིས་སངས་རྒྱུ་གྱི་མཆོད་པ་ལུན་སྤྲོད་ཆོགས་པར་དང་
ཅིང་། འདྲོད་རྩམས་དང་བདག་གཅིས་ལས་རྒྱུ་དུ་ཆོད་པ་དང་། མཆོད་པའི་ཉམས་ལེན་
བཞིན་ལ། སྤྱི་བ་འདི་མི་བརྟན་འཁྱར་བའི་རང་བཞིན་དུ་ཤེས་ཤིང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ངེས་པ་
རྟོན་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

ཤར་ཕྱོགས་སུ་འཁྱོག་པའི་ཤིང་དེ་ངེས་པར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བ་ལྟར་སངས་རྒྱུ་གྱི་
གསུང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དག་ངེས་པར་དུ་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཞིང་
ཁམས་དག་པར་སྤྱི་བར་འཁྱུར་རོ།

༢ ཇི་ལྟར་དུང་བདེན་དུ་གསུངས་པ་བཞིན། སངས་རྒྱུ་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་
བཅས་སྐྱབས་གནས་གསུམ་པོར་དད་པའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱུ་གྱི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་
ཞིང་། སངས་རྒྱུ་ནི་གང་ཞིག་གིས་སྤྱི་མེད་རྫོགས་བྱུང་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྟོན་དེ། གཅིག་དུ་བྱུང་
རྒྱུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྦྱང་བར་གཞོལ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ནི་
བདེན་པ་སྟེ། རྫོགས་བྱུང་གི་སྤྱིང་པོ་དང་། གསུང་གང་ཞིག་གིས་དེ་ཉིད་བརྟོག་བྱུང་བུ་དེ་
ཡིན་ལ། དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ནི་སངས་རྒྱུ་དང་ཆོས་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་དད་པའི་དགེ་
འདུན་གྱི་སྟེ་ལ་བཟུང་ངོ།

རྒྱུ་དུང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་ཞེས་སོ་སོ་ལྟ་བུར་
བཟུང་ཡང་ངེས་དོན་དུ་དེ་དག་གཅིག་སྟེ། སངས་རྒྱུ་ནི་ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་རྣམ་པར་རེལ་
ནས་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་དགེ་འདུན་དག་གིས་ཉམས་སུ་སྤྱངས་པ་ཡིན་པས། ཆོས་དཀོན་
མཆོག་ལ་དད་ཅིང་། དགེ་འདུན་ལ་མོས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་ལ་དད་པ་ཡིན་ཞིང་།
སངས་རྒྱུ་ལ་དད་པ་དེ་ཉིད་ཆོས་ལ་དད་ཅིང་དགེ་འདུན་ལ་མོས་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་བའི་ཚུལ།

དེས་ན་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲེ་བོ་རྣམས་སྤྲིན་གྲོལ་འགོད་
པར་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ནི་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྟེན་ཅིང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་
རང་གི་བྱ་གཅིག་ལུ་ལྟར་ག་ཟེགས་ལ། དེས་ན་སྒྲེ་བོ་གང་ཞིག་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་རང་གི་ལ་
མ་ལྟར་ཡིད་འཛོག་བྱེད་པ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་དང་ཉེ་ཞིང་འཆང་རྒྱ་བར་ལྟོ།

གང་དག་གིས་སངས་རྒྱས་ལ་གུས་བཀྲར་བྱེད་པ་དག་ནི་དེའི་མཁུན་པས་ཟིན་ཅིང་།
དེའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་སྒྲེ་བ་པར་བྱེད་དོ།

༣ འཇིག་རྟེན་འདིར་སངས་རྒྱས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་ལས་ལྷག་པའི་ཡན་རྒྱབས་ཆེ་བའི་
དངོས་པོ་མེད་ཅིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་ཐོས་པའས་དེར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དེ་དགའ་ཚོར་བྱང་
བ་དག་ནི་དགེ་མཚན་སྤྲེལ་དུ་ཆེདོ།

དེས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁྲོན་ཐམས་ཅད་དུ་ཁྱབ་པའི་མེ་ཆེན་པོར་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་
ཟབ་མོ་འཛོལ་བར་དགའ་ཚོར་བཞུད་ཟིགས་སོ།

སྤྱིར་ན། དམ་ཚཱ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྟོན་རྒྱས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྟེན་པར་དཀའ་
ལ། དེ་བས་སངས་རྒྱས་དང་འཕྲད་པར་དཀའ་ཞིང་། དེ་བས་ནི་ཚཱ་ལ་དད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་
པར་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ནས་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ།

འོན་ཀྱང་། ད་ཆང་ཅག་རྣམས་འཕྲད་དཀའ་བ་སངས་རྒྱས་དང་ཕྲད་མཇལ་དཀའ་བ་
དམ་པའི་ཚཱ་ལ་ཏེ་ཐོས་བསམ་བྱ་བར་ཡོད་པས། ཇེས་སུ་ཡིད་རངས་དང་འགའ་
ཚོར་བཞུད་དེ་སངས་རྒྱས་ལ་དད་པར་བྱེདོ།

༤ སྒྲེ་བའི་འགྲུལ་བལྟེད་རིང་པོ་འདི་ནང་དད་པ་ནི་རྟོགས་ལེགས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་།
འགྲུལ་བལྟེད་སྐབས་སུ་འང་ངལ་དུ་བ་སངས་བྱེད་ལེགས་ཤོས་དང་། རང་གི་རྟོར་ཆེ་ཤོས་ཡིན་

ཞིང་། དད་པ་ནི་དམ་ཚེས་སོན་པའི་ལག་པ་ལྟ་བུ་དང་། དགོ་ཚེགས་ཐམས་ཅད་ཡོན་པའི་
ཡང་དག་པའི་ལག་པ་ལྟ་བུ་ཡང་ཡིན་ལ། དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ཚེགས་
ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་མེ་ལྷེ་ལྟ་བུ་དང་ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་པའི་ལམ་སྟོན་པའང་ཡིན་ནོ།

དད་པས་འདོད་ཆགས་དང་འཇིགས་པ་དང་། ང་རྒྱལ་འགོག་པར་བྱེད། དད་པས་
མཇེངས་སྟོད་དང་གཞན་ལ་གུས་བརྩི་སྟོབ་པར་བྱེད། དད་པས་གནས་སྐབས་ཀྱི་འཆིང་བ་
ལས་གོལ་བར་བྱེད། དད་པས་དཀའ་ངལ་གདོང་ལེན་བྱེད་པའི་སྤིང་སྟོབས་བསྐྱེད་པར་བྱེད།
དད་པས་བསྐྱེད་འགོག་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་འབྱེད་པར་བྱེད། དད་པས་རང་གི་ལས་
དག་རྒྱུ་མས་དག་པར་བྱེད་པ་མ་ཟད། རང་རྒྱུད་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གཏམས་པར་བྱེད་དོ།

དད་པས་རྒྱལ་བྱང་དུ་བཀྱི་བར་བྱེད་ཅིང་། ངལ་ཞིང་དུ་བ་པའི་རྒྱ་ལམ་དག་དུའང་
དབུགས་འབྱེད་པར་བྱེད་དོ།

དད་པས་རང་ཅག་སངས་རྒྱས་དང་ཉེ་བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་
འབྱེད་པར་བྱེད། དད་པས་རང་གི་མཆོག་གསལ་ཤིང་བདག་ཞེན་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དུལ་བར་བྱེད་ཅིང་།
མཇེངས་ཞིང་སྤིང་བརྩེ་བའི་སེམས་ཀྱང་འབྱེད་པར་བྱེད་དོ།

ལ དད་པ་དང་ལྡན་པ་དག་གིས་དམ་ཚེས་གང་ཐོས་པ་དག་གི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་།
དེ་དག་ལ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའི་སྤང་ཚོད་འབའ་ཞིག་ལས་མེད་པར་ངེས་རྟོགས་
སྒྲེ་ཞིང་། དད་པས་གནས་སྐབས་དང་། རྒྱུ་གང་ཡིན་ལ་བཟོད་སྒྲན་དང་། དེ་དག་དང་
མཐུན་པར་འགུལ་སྟོད་ཀྱི་ལུས་པ་འབྱེད་ནོ།

དད་པས་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་སྒྲེ་བོ་མི་བརྟན་མི་རྟག་པས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འབྱེད་ཞིང་།
རྒྱ་རྒྱུ་གང་དང་ཐུང་ཀྱང་སྐྱེག་པའམ་དགོས་མེད་དོ་མཚར་ཡང་མི་སྒྲེ་བར་མ་ཟད། རྒྱུ་དང་
སྤང་རྒྱལ་ཇི་ལྟར་བྱུང་ཡང་སྒྲེ་བའི་གནས་ལུགས་བདེན་པ་ནི་འཕྲུར་མེད་དེ་ཉིད་དུ་གནས་པར་

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་བའི་ཚུལ།

ཤེས་པར་བྱེད་དོ།

དད་པ་ལ་གཙོ་ཆེ་བའི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། ཞི་དུལ་བག་ཡོད་ཀྱིས་དམའ་ས་ཟེན་
པའི་སྒོ། གཞན་གྱི་དགེ་བའི་ལས་ལ་ཡིད་རངས་དང་བཙོས་མིན་གྱིས་བཀུར་བ་བྱེད་པ་དང་།
སངས་རྒྱས་ལ་མོས་པའི་དད་པ་དང་གསུམ་ཡིན་ལ།

སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་དད་པའི་རྣམ་པ་འདི་དག་བསྐྱེད་དགོས་ཤིང་། རང་གི་ཚེངས་སྟོན་
དག་ལ་ཡིད་ཤར་བ་བྱིད་དེ། རྩ་ཆ་ཤེས་པ་དང་འབྲེད་བཤགས་བ་བྱིད་དགོས་པ་དང་། གཞན་
གྱི་ཀུན་སྨྱོད་དང་ལས་བཟང་པོ་དག་ལ་དཔེ་སྤྲོད་དགོས་པ་མ་ཟད། སངས་རྒྱས་ཇི་བཞིན་
གཞན་དོན་བྱ་འདོད་པའི་འདུན་པ་རྒྱན་དུ་བཅངས་དགོས་སོ།

དད་པའི་སེམས་ནི་དྲང་བདེན་གྱི་སེམས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཟབ་ཅིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་
འཕྲིན་ལས་ཀྱི་སྟོབས་ལས་གཅིག་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དག་ཞིང་དུ་འཁོད་པར་འདུན་པའི་སེམས་
ུང་ཡིན་ནོ།

དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་དད་པའི་སྟོབས་ལས་དག་ཞིང་དུ་བཀྲི་བའི་རུས་
པ་དང་། རུས་པ་དེ་ལས་དེ་དག་གི་སྤྲིབ་པ་དང་ཅིང་ལྟན་སྤྲིབ་ཀྱི་སྤྲིབ་པ་ལས་སྟོབ་པའི་རུས་
པ་འབྲིན་པར་བྱེད། གང་དག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་བཤགས་བསྟོད་ལུས་པ་ཐོས་ནས་
ཡུད་ཙམ་དུ་ཡང་དད་པ་བསྐྱེད་པ། དེ་དག་ུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དུ་བཀྲི་བར་བྱེད་དོ།

༦ དད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྟོོ་རགས་པར་གསལ་དུ་སྦྱར་བ་གང་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་
ནི་རང་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པས། དེའི་མཚན་མ་ཡིན་པ་དང་། གང་ཞིག་གིས་
སངས་རྒྱས་ངོས་བཟུང་བ་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཞིང་། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ལ་དད་པ་དེ་
ཉིད་སངས་རྒྱས་ཡིན་ནོ།

འོན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རིགས་ངོས་བཟུང་བ་དག་འཁོར་། འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་།

འཇིག་རྟེན་གྱི་ཉོན་མོངས་བར་མ་ཆད་དུ་སྤྱི་འཇིག་གྱེད་པའི་ངང་དག་ཅིང་གསལ་བའི་སེམས་
བསྐྱེད་པ་འང་དགའ་ལ། དེ་ལྟར་ནའང་དད་པས་དེ་ལྟར་བྱ་རུས་སུ་བྱེད་དོ།

ཨི་རན་ཏཱ་ལེས་པའི་དུག་ཤིང་གི་ནགས་སུ་དེའི་རིགས་ཀྱི་དུག་ཤིང་འབའ་ཞིག་སྤྱི་ཁྱེད་
གཞན་མ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་ཅི་སྟེ་དེར་ཅན་ཏཱ་ལེའི་རིགས་ཀྱི་ཤིང་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ རོ་མཆར་བའི་
གནས་ཤིག་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་དད་པ་འཁྲུངས་པ་ནི་ངོ་
མཆར་ཆེད།

དེས་ན། སངས་རྒྱུས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ལ། ཅ་བ་མེད་པའི་དད་པ་ཞེས་གྲགས་
དེ། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་དེ་ཉིད་སྤྱི་པའི་ཅ་བ་གཏན་ནས་མེད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་
གྱི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྤྱུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོར་སྤྱི་པའི་ཅ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

༧ རྒྱ་མཚན་དེས་ན། དད་པ་ནི་འབྲས་བུ་ཆེ་ཞིང་། ཕྱིན་རྒྱལ་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ འོན་ཀྱང་
རྣམ་གཡེང་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་པའི་ཤིང་། བྱེད་བྱས་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་མི་མངོན་པར་
གནས་པའི་ཐེ་ཚོམ་མི་འདྲ་བ་ལྟ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གིས་དད་པ་འགོག་པ་བྱེད་དོ།

དེ་ཡང་དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ལ་དྲོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ། གཉིས་པ། སངས་
རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་ལ་དྲོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ། གསུམ་པ། དམ་ཚེས་སྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་
ལ་དྲོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ། བཞི་པ། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལ་སྟོབ་པའི་ཐབས་ལམ་ལ་
དྲོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ་དང་། ལྔ་པ་ནི། རང་ཉིད་ཁེངས་དྲོགས་ཆེ་ཞིང་བཟོད་བསྐྱར་རྒྱུང་བས།
གཞན་ཚེས་འཆད་མཁན་དག་གི་གཤིས་རྒྱུད་ལ་དྲོགས་པའི་ཐེ་ཚོམ་དང་བཅས་སོ།

དངོས་འབྲེལ་དུ་འང་། ཐེ་ཚོམ་ལས་འཇིགས་དངངས་ཆེ་བ་གང་ཡང་མེད་དེ། མི་
དམངས་དབར་དབྱེད་བྱེད་དང་མི་མཐུན་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱིས་བྱེད་ཅིང་། གྲོགས་པོ་དང་གཞན་
ཡང་བཟང་པོའི་འབྲེལ་བ་རྣམས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དུག་གིས་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནི་གཞན་ལ་གནོད་ཅིང་།

ཉམས་རྟོགས་སྤྱོད་པའི་ཚུལ།

འཆོ་བར་བྱེད་པའི་ཆེར་མ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་གྱི་སྟོག་གཅིད་པའི་གྱི་ལྟ་བུ་ཡང་ཡིན་ནོ།
དད་པའི་ས་བོན་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདེབས་ཤིང་། དད་པ་རྒྱད་ལ་
ཐུན་པ་ནམས་ཀྱིས་འདི་ཉིད་ཤེས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བློན་དྲན་དགོས་སོ།
མ་ཟད། ད་ལྟའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དད་པ་དེ་ཡང་སྤྱོད་པོ་རང་གི་སྤྱིང་ཇེ་འདི་དབང་གིས་མ་ཡིན་
པར་དྲན་བཞིན་དུ་དུས་རིང་པོའི་ཐུན་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་དད་པའི་འོད་ཟེར་འབྱེན་
པར་བྱེད་ཅིང་། མ་རིག་པའི་སྤོངས་པ་མ་ལྟས་པ་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་བརྟེན་བ་
ཆེན་པོའི་སྤྱོད་པས་ཀྱིས་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་པ་དང་། ད་ལྟ་རང་གི་རྒྱུད་ལ་དད་པ་ཐུན་པ་དག་
ཀྱང་སངས་རྒྱས་དེ་དག་གི་གཤེགས་ཀྱིས་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ།
འཆོ་བ་འབྲིང་ཙམ་དུ་གནས་བཞིན་དུའང་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་སྤྱོད་པ་བྱིད་དེ།
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དུས་ལུན་རིང་པོར་ཐུགས་བརྟེན་བ་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པ་ལས་ད་ལྟ་སྤྱོད་པའི་རྒྱུད་ལ་
དད་པ་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར།
དེས་ན། སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་འདིར་སྤྱོད་པ་ལེན་པ་དཀའ་ལ། དམ་པའི་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་
ཡང་དཀའ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བས་རང་རྒྱུད་ལ་དད་པ་བསྐྱེད་པར་དཀའ་བ་ཡིན་པས། སྤྱོད་པོ་
སུ་ཡིན་རང་གིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་ཐོས་པར་རྩོལ་བ་བྱེད་དགོས་སོ།

ང

ལེགས་བཤད་ཀྱི་གདམས་པ།

༡ ཁོས་ང་ལ་ཆོག་ངན་བརྗོད་བྱུང་། ཁོས་ང་ལ་འཕྲ་སྟོང་བྱས་བྱུང་སྟམ་པའི་བསམ་པ་ང་
ཅག་ཚོར་ཡོད་ཅིང་། ཇི་སྲིད་དུ་འདི་ལྟ་བུའི་སེམས་འཆང་བ་དེ་སྲིད་དུ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཁོང་ཁྱོད་བ་
མི་ཟད་དོ།

འཁྱོད་བརྟུང་གི་བསམ་པ་རང་རྒྱུད་ལ་ཇི་སྲིད་དུ་བཅངས་པ་དེ་སྲིད་དུ་ཁོང་ཁྱོད་གནས་
ལ། འཁྱོད་བརྟུང་གི་བསམ་པ་ཁེགས་པ་ན་ཁོང་ཁྱོད་ལ་ཁེགས་པར་འབྱུང་རོ།

ཇི་ལྟར་ཁང་པའི་ཐོག་མི་བརྟན་པ་ལྟམ། བཅོ་བཙུག་མ་བྱུང་བ་དག་ལས་ཆུ་ཐིགས་པ་
འབབ་པ་དེ་བཞིན་དུ། ལེགས་པར་མ་སྤྱང་ཞིང་ལེགས་པར་མ་དུལ་བའི་རྒྱུད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་འབྱུང་
བ་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལེ་ལོ་ནི་ཤི་བར་ལམ་ཉེ་བ་བྱེད་པ་ཡིན། བཙུག་པ་དང་ཏུར་ཐག་བྱེད་པ་ནི་ཆོག་པ་གི་
ལམ་དངོས་ཡིན། སྤྱི་བོ་སྤྱོད་པ་དག་ནི་ལེ་ལོ་བྱེད་ཅིང་མཁའ་པ་དག་ནི་བཙུག་འགྲུས་ལ་
འཇུག་གོ།

མདའ་བཅོ་མཁན་དག་གིས། རང་གི་མདའ་རྣམས་ཇི་ཙམ་གྱི་ཐང་སྤོང་བཅོ་གང་ཐུབ་
བྱེད་པ་བཞིན་དུ་མཁའ་པ་དག་གིས་རང་སེམས་གང་ཐུབ་གྱིས་དྲང་བདེན་དུ་འཇོག་ཐབས་ལ་
འབད་དོ།

མ་དུལ་བའི་སེམས་ཚོད་པོ་ནི་རྟག་དུ་སྤོང་མི་ཚུགས་ཤིང་། ཡན་ཚུན་དུ་གཡོ་བ་དང་
སྤྱང་བར་དགའ་ལ། འོན་ཀྱང་དུལ་བའི་སེམས་ནི་ཞི་བར་གནས་པས། རང་སེམས་སྤྱང་བ་
དག་ནི་མཁའ་པ་འོ།

དེ་ཡང་རང་ཉིད་ལམ་ངན་དུ་འཁྱིད་པར་བྱེད་པ་པོ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་ལས་
རང་རང་གི་དགའ་ལ་སོགས་པ་མིན་ནོ།

རང་སེམས་འདྲོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། མ་རིག་པ་ལས་སྤྱང་བར་བྱེད་པ་དག་
བཙུག་མ་མིན་པའི་ཕྱགས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་རྩོལ་ལོ།

༢ རང་གི་རྒྱུད་ཐོག་ལ་ཉམས་ལེན་མེད་པར་སྤྲོད་ཆོག་བརྗོད་པ་ནི། དྲི་མ་མེད་པའི་མེ་
རྟོག་དང་འདྲ་ལོ།

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་པའི་ཚུལ།

མེ་དོག་གི་དྲི་བ་བཟང་དག་ནི་རྒྱུ་ཕྱགས་དང་འགལ་ལྷན་འགྲོ་བ་མེད་ལ། འོན་ཀྱང་སྤྱི་པ་
བྱ་དམ་པ་དག་གི་གྲགས་པ་དང་ཆེ་མཐོང་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་རྒྱུ་ཕྱགས་ལས་ཀྱང་བསྒྲོགས་སྤྱི་
འགྲོ་བ་ཡོད་དོ།

གཉིད་མེད་པའི་སྤྱི་པོར་མཚན་རིང་པོར་སྤྲང་བ་དང་། འཕ་ཞིང་དུ་བ་པའི་འགྲུལ་པར་
འགྲུལ་བཞུད་རིང་པོར་སྤྲང་བ་བཞིན་དུ། སྟོན་པའི་གསུང་ལ་ངེས་པ་མ་རྟེན་པ་དག་ལ་མོངས་
པ་དང་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་མྱོང་བ་ཤུལ་ཐག་རིང་པོར་སྤྲང་ངོ་།

འགྲུལ་ལས་ཞིག་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཆེ་ཡང་རང་ལས་བསམ་སྟོན་མཐོ་བའས། ཡང་ན་
མཉམ་པ་དག་དང་འགྲོགས་དགོས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་རང་ལས་བསམ་སྟོན་དམན་པ་ཞིག་དང་
འགྲོགས་པ་བསམ་གཅིག་ཤུར་འགྲུལ་བ་ཆེས་བཟང་ངོ་།

མི་དྲང་བའི་གྲོགས་པོ་ངན་པ་དག་ནགས་ཀྱི་གཅན་གཟན་གཏུག་པ་ཞིག་ལས་ཆེས་སྤྱག་
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གཅན་གཟན་གཏུག་པས་རང་གི་ལུས་ལ་འཆེ་ཡང་། གྲོགས་པོ་ངན་
པས་ནི་རང་གི་སེམས་ལ་ལྷུས་སོ།

ཇི་སྲིད་དུ་རང་གི་སེམས་སྤང་བར་མི་རུས་པ་དེ་སྲིད་དུ། འདི་ནི་ང་ཡི་སྤྱག་གུ་ཡིན།
འདི་ནི་ང་ཡི་ནོར་ཡིན་སྟེན་པའི་སྒོ་ངན་དག་ལས་གྲོལ་མི་ཐུབ་ཅིང་། སྤྱི་པོ་སྤྱན་པོ་དག་གི་
འདི་ལྟ་བུའི་བསམ་པས་གཏུང་བར་བྱེད་དོ།

རང་ཉིད་སྤྱན་པོ་ཡིན་ཡང་སྤྱན་པོ་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ནི། རང་ཉིད་སྤྱན་པོ་ཡིན་ཡང་ད་
དུང་མཁས་པར་རྫོམ་པ་དག་ལས་ཆེས་ལེགས་པ་ཡིན་ནོ།

ཇི་ལྟར་བྱར་མས་རང་སྤྱང་གི་ཁ་ཟས་ཀྱི་རོ་མི་མྱོང་བ་བཞིན་དུ། སྤྱི་པོ་སྤྱན་པོ་རྣམས་
ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱི་པ་བྱ་དམ་པ་དང་གཤིབས་ཀྱང་དེའི་མཆེན་སྟོན་ཟབ་མོ་མི་ཤེས་སོ།

དྲངས་ཤིང་གཙང་བའི་འོ་མ་དག་ཞོར་འཕྱར་བ་དལ་གྱིས་ཡིན་ཞིང་། ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ་
མི་དག་བའི་ལས་ཀྱིས་རང་འབྲས་སྤྲར་བར་མི་འབྱིན་ལ། དེ་དག་ནི་དོ་སྙམ་གྱི་མེ་བཞིན་ཏེ།

གང་ཞིག་མེ་ཐལ་གྱི་འོག་དུ་མི་མངོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་དུ་བ་འཛུགས་སེར་བཟང་དེ་མཐར་དྲིད་
ཤེད་ཆེ་བའི་མེ་འབྱིན་པ་བཞིན་ནོ།

གང་དག་ཐོབ་ཐང་དང་། གོ་གནས་མཐོས་དང་། མཁེ་བཟང་དང་། གཏམ་ལ་སྤྱེད་པ་
འཆང་བ་ནི་སྒྲིན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤེད་པ་འདི་དག་གིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་ཞིང་བདེ་བ་མ་ཡིན་ནོ།
དགེ་བའི་གྲོགས་པོ་གང་དག་གིས་རང་གི་སྦྱོན་ལ་མཇུག་སྟོན་དང་སྦྱོན་བརྩེད་བྱེད་པ་
རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་མཚང་འབྱུང་། དེ་དག་ལ་གུས་བཀྲར་བྱ་དགོས།

༣ གང་དག་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཐོས་པ་ན་དགའ་ཚོར་བསྐྱེད་པ་རྣམས་རང་སེམས་དྲི་
མས་སྤང་བ་ཡིན་པས། གཟིམས་གནལ་ཡང་དལ་ཞིང་ཉོད་པོར་ཁྲག་གོ།

ཤིང་བཟོ་བས་རང་གིས་བཟོས་པའི་གདུང་མ་དྲོད་པོ་ཡོང་ཐབས་བྱེད་པ་དང་། མདའ་
བཟོ་བས་རང་གིས་བཟོས་པའི་མདའ་ཡང་ཁྱིད་སྟོམས་པོ་བཟོ་བར་བརྩོན་པ་དང་། རྩ་ཡུར་
འདུ་བ་པོས་རྩ་ཡུར་དག་ལས་རྩ་དལ་འཇམ་གྱི་གེར་འགོ་བར་བརྩོན་པ་བཞིན་དུ། མཁས་
པ་དག་གིས་རང་རྒྱད་འཇམ་ཞིང་དུང་པོར་གནས་པའི་ཕྱིར་དུ་རང་སེམས་སྤང་བར་བརྩོན་ནོ།
ཕ་བོང་དག་ལ་རྒྱུད་གིས་བར་གཅོད་བྱེད་པར་མི་ཉུས་པ་བཞིན་དུ། སྤྱིས་བྱ་དམ་པ་
རྣམས་ལ་འང་བསྟོད་སྤང་གང་གིས་ཀྱང་བར་གཅོད་མི་བྱེད་དོ།

རང་ཉིད་རང་གིས་དབང་དུ་བསྟུ་བ་ནི་གཡུལ་སྟོང་ཁག་རྒྱལ་བ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁ་ཆེ་
བའོ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཟབ་མོ་ཐོས་ཏེ་ཉིན་གཅིག་རིང་གསོན་པོ་ནི། གསུང་ལས་བྲལ་ཏེ་
ལོ་བརྒྱ་ཡུག་དུ་གསོན་པ་ལས་ཀྱང་དགེ་ཡན་ཆེ་འོ།

རང་མཐོངས་ཆེ་བའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ནས་རྟག་དུ་རང་གི་འདོད་པ་ངན་པའི་རྒྱུ་སྤྱུ་གྱེན་
རྟགས་མི་བྱེད་པར་གཟབ་དགོས་ཤིང་། མི་ཆེད་ཀྱང་དུ་དད་པ་ཡན་གཅིག་ཙམ་ཡང་བསྐྱེད་

ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་བའི་ཚུལ།

པར་བྱ་དགོས་པ་སྟེ། ཡང་ན་རང་གི་གཞིན་དུས་སམ། དར་མའི་དུས་སམ། ཡང་ན་ཆ་བའི་
དུས་སམ་གང་བྱང་ཞིག་དུའོ།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་རྟག་དུ་འཛིག་བཞིན་པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། མ་
ཟིག་པའི་མེས་འཛིག་བཞིན་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟ་བུའི་འཇིགས་པ་ལས་གང་མྱར་དུ་གྲོལ་བར་
བྱ་དགོས་སོ།

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་རྟག་སྐར་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་སྟོན་ཆགས་སྟོམ་གྱི་ཐག་པ་
དང་འདྲ་ལ། འདི་ནི་སྟོད་མི་གཙང་བའི་ནང་གི་དྲི་མ་དང་འདྲ་བས། རྟག་དུ་སེམས་གྱི་གསལ་
དངས་སྒྲོབ་དགོས་སོ།

༥ མི་དགེ་བ་སྤོང་ཞིང་། དགེ་བ་སྦྱབ་ལ། རང་སེམས་གཙང་མར་འཛོག་དང་། འདི་ནི་
སངས་རྒྱུ་གྱི་གསུང་རབ་གྱི་སྟིང་པོའོ།

བཟོད་པ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནང་ནས་ཆེས་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་
གང་དག་གིས་བཟོད་པ་བསྟེན་པ་དེ་ལ་མཐའ་མའི་རྒྱལ་ཁ་འབྱུང་ངོ་།

ཁོང་ཁྱོད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཁོང་ཁྱོལ་གཉེན་པོ་བསྟེན་དགོས་ཤིང་། སྟོབ་དང་ཐུག་
བཟུལ་སྟེས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་དེ་ལ་གཉེན་པོ་བསྟེན་དགོས། དེ་བཞིན་འདོད་པ་སྟེས་པའི་
གནས་སྐབས་སུ་དེ་ཉིད་ལ་གཉེན་པོ་བསྟེན་དགོས་ཤིང་། བདག་ཞེན་མེད་པར་གཙང་མར་
གནས་པ་ལ་དངོས་པོའི་ཚོགས་པ་ལས་གཅིག་ལའང་རང་གིས་བདོག་པར་མི་ལྟའོ།

ལུས་ཁམས་བདེ་བར་གནས་པ་ནི་དོན་ཆེ་ལ། རང་གི་བདོག་པ་ལ་ཚོག་ཤེས་པ་ནི་
འབྱོར་བ་ཆེན་པོ་ལས་ལྷག་པའི་ནོར་ཡིན་ཞིང་། གཞན་གྱིས་ཆ་འཛོག་འཕེར་བར་འཇིན་ན།
གཞན་དང་མཇེད་བའི་མཚན་མ་དོན་དམ་དེ་ཡིན་པ་དང་། རྟོགས་བྱུང་ཐོབ་པ་ནི་བདེ་བའི་
མཐར་ཐུག་གོ།

ཉམས་རྟོགས་སྤྱི་བའི་ཚུལ།

གང་གི་ཆེ་རང་ཉིད་ངན་སྤྱོད་ལ་ཞེན་ལོག་པ་དང་། གང་གི་ཆེ་རང་གི་སེམས་ཞི་ཞིང་
དུལ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ཉམ་པར་དགའ་ཆེར་སྤྱོད་བ་སྟེ། གང་གི་ཆེ་རང་ཉིད་ལ་ཁྱད་ཆོས་དང་
ཆོར་བ་འདི་ལྟར་ཡོད་པ་དེའི་ཆེ་རང་ཉིད་འཇིགས་པ་ལས་བྱལ་བ་ཡིན་ནོ།

རང་གིས་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཆགས་ཞེན་མི་བྱ་ཞིང་། རང་གིས་མི་འདོད་པའི་
དངོས་པོ་ལ་སྤང་བར་མི་བྱ་སྟེ། སྤྱག་བསྟལ་དང་འཇིགས་པ་དང་འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་རང་གི་
འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ།

ལ ལྷགས་ཀྱི་རིགས་ལ་བཙའ་འཁོར་དེ་ལྷགས་ཟད་པར་བྱེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་བའི་
རྒྱུད་ལ་ཉེས་སྤྱོད་སྤྱོད་དེ་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཉམས་སྤོངས་སུ་འགྲོའོ།

ཡང་ཡང་བེད་སྤྱོད་དུ་མ་གནང་པའི་སྤྱོགས་བམ་གྱི་སྟེང་དུ་རིང་མིན་ཐལ་བ་འཁོར་བ་
དང་། བཅོམ་བཙོན་དགོས་པའི་གནས་ཁང་རྣམས་ལ་དུས་ཐོག་བཅོམ་བཙོན་མ་བྱས་པ་རྣམས་
རིང་མིན་ཁང་གོག་དུ་འགྱུར་བ་བཞིན། སྤྱི་བོ་ལེ་ལོ་ཅན་རྣམས་རིང་མིན་དྲི་མས་ཡོངས་སུ་
སྤྱགས་པར་འགྱུར་རོ།

ངན་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱད་མེད་འཛད་ལ་དྲི་ངན་གྱིས་མཆོད་པ་འཛད་པ་བཞིན་དུ། མ་དག་
པའི་ལས་ཀྱིས་སྤྱོད་བ་འདི་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྤྱོད་བ་བྱི་མ་རྣམས་ཀྱང་འཛད་དོ།

འོན་ཀྱང་དྲི་མ་རྣམས་ལས་ཆེས་གདུག་རྒྱུ་ཅན་ནི་མ་རིག་པའི་དྲི་མ་ཡིན་ལ། མ་རིག་
པའི་དྲི་མ་དང་མ་བྱལ་བའི་བར་དུ་སྤྱི་བོ་སྤྱོད་ཀྱང་རང་གི་ལྷས་སམ་སེམས་གང་ཡང་དྲི་མས་
དག་པར་བྱེད་མི་རྒྱས་སོ།

རོ་ཆ་ཞེས་མེད་བྱ་བ་དང་། བྱ་ཐོ་རྟག་ལྟ་བུར་འདོད་པ་ཆེ་ཞིང་ཁ་བདེ་པོ་བྱ་བ་དང་།
གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱག་ལ་མི་ལྟ་བུར་འགྱོད་སྤོང་མེད་པར་གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱ་བ་ནི་སྤྱོདོ།

འོན་ཀྱང་ཉམས་རྒྱུང་བྱ་བ་དང་། གཞན་ལ་གུས་བཀྱར་བྱ་བ་དང་། འདོད་ཆགས་

ཉམས་རྟོགས་སྒྲེ་པའི་ཚུལ།

ཐམས་ཅད་ལས་བྱལ་ཞིང་། རང་གི་ཡུས་སེམས་ཀྱི་མས་མ་གོས་པར་མཁས་མཛངས་ཀྱི་སྤྱོད་
པར་གནས་པ་ནི་དགའོ།

གཞན་སྦྱོར་ངོས་བཟུང་བ་སྤྲོ་ཡང་། རང་སྦྱོར་ངོས་ལེན་བྱ་བ་ནི་དགའ་ལ། སྒྲེ་པོ་རྣམས་
ཀྱིས་ལེགས་ཉེས་མ་བསམས་པར་གཞན་སྦྱོར་སྦྱོར་པར་བྱེད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་། རང་གི་སྦྱོར་ནི།
སྤྱག་པལ་སྤྱག་རྒྱག་མཁན་གྱིས་རང་གི་ཤོ་སྤྱག་འཕར་མ་དེ་གང་ཐུབ་སྤྱོད་པ་བཞིན་
དུ་བྱ་བ་དང་། ཇི་ལྟར་རྣམ་མཁར་བྱ་དང་། དུ་བ་དང་། རྒྱུ་འཚུབ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་མེད་པ་
བཞིན། ལྷ་བ་ལོག་པ་དང་། རན་བསྐྱབ་ཀྱི་ལག་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱུང་མི་འབྱུང་ལ། འཇིག་རྟེན་
འདིར་ཐམས་ཅད་མི་བརྟན་པས་མི་གནས་པའི་སྤྱང་འདས་འབའ་ཞིག་ཞི་བའོ།

༦ ཇི་ལྟར་སྦྱོ་སྤྱང་དཔལ་པོ་དག་གིས་རྒྱལ་སྦོ་སྤྱང་བ་བཞིན། སྒྲེ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་
སེམས་འདི་ཉིད་ཕྱི་ནང་གི་འགལ་རྟེན་ལས་སྤྱང་བ་ལས་སྤང་ཅིག་ཙམ་ཡང་བག་མེད་པ་མི་
བྱའོ།

རང་ཉིད་རང་གི་མགོན་ཡིན་ཞིང་། རང་ཉིད་ལ་རང་གིས་ཡིད་ཆེས་བྱའོས་པས། རང་
སྤྱང་བྱ་རྒྱ་ཆེས་གལ་འགངས་སུ་ལྟ་བར་བྱའོ།

རང་སེམས་སྤྱང་བ་དང་། འོན་མེད་ཀྱི་གཏམ་མི་སྤྱོད་པ་དང་། མནོ་བསམ་ཏན་གཏོང་བྱ་
རྒྱ་བཅས་ནི་འཁོར་བའི་སྤྱི་བ་པ་དང་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བའི་གོམ་བགྲོད་དང་པོའོ།

ཉེ་མས་ཉིན་མོའི་སྤྱང་བ་འབྱིན་ལ། ལྷ་བས་མཚན་མོར་མཛོས་སུ་གཏུག་ཞིང་། སྤྱིག་
ཁྱིམ་གྱིས་དམང་དཔུང་ལ་མཚན་མཐོང་འབྱིན་པ་བཞིན། བསམ་གཏན་བསྒྲུབ་པས་བྱང་
རྒྱུ་འཚོལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ཡིན་མིན་ཁྱད་པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གང་དག་གིས་དབང་པོའི་སྦོ་ལྷ་པོ་སྤྱང་བར་མི་རུས་ཤིང་། ཕྱིའི་ཡུལ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་
དག་ནི་རྟོགས་བྱུང་སྤྱོད་པའི་སྦོ་དང་མིན་ལ། གང་དག་གིས་སྦོ་ལྷ་པོ་དེ་ལེགས་པར་སྤྱང་།

ཞིང་། རང་སེམས་རང་གི་དབང་འོག་ཏུ་བཅུད་པ་དག་ཚོགས་བྱང་སྤྱབ་པའི་སྒོ་དུ་རུང་ངོ་།

ལ གང་དག་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་སྤྲེགས་ཤིང་དེ་དག་གི་གཞན་དབང་དུ་
ཚུད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་རྣམ་གཞག་ལ་སྤོངས་ཏེ་དེ་དག་གི་གཤམ་གནད་མི་རྟོགས་ལ།
འོན་ཀྱང་གང་དག་འདོད་པའི་གཞན་དབང་ལས་གྲོལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་གཤམ་གནད་
རྟོགས་ཤིང་། དེ་དག་ལ་ནི་ཐམས་ཅད་དོན་གནད་ཆེ་བར་སྒྲུང་ངོ་།

བདེ་བ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་ཅིང་། སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡང་བདེ་བའི་རྗེས་སུ་བྱེད་ལ།
འོན་ཀྱང་གང་གི་ཆེ་བ་དེ་སྤྲུག་དང་བྱ་བ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དབར་རིས་སུ་གཙོད་པའི་སྒོ་སྤངས་པ་
ན། དེ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐར་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ།

འབྲུང་འབྲུར་ལ་སྤོན་ཚུད་ནས་འཇིགས་སྒོ་བྱེད་པ་དང་། འདས་ཟིན་ལ་འགྱུར་པ་བྱེད་
པ་ནི། དེ་སྐམ་ཟིན་ཅིང་བཅད་ཟིན་པའི་སྤྲུག་གུ་བཞིན་ནོ།

ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་བདེ་བར་འཁོད་པའི་ཐབས་ཤེས་ནི། འདས་ཟིན་ལ་འགྱུར་པ་བྱེད་
མི་རུང་ལ་འབྲུང་འབྲུར་ལ་འཇིགས་དངངས་བྱ་བ་ཡང་མི་རུང་པ་དང་། དཀའ་སྤྲུག་ངང་སྤྲུག་
བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་སུ་ཚུལ་མཐུན་པ་དང་དྲང་པོར་གནས་རྒྱ་
འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ།

འདས་ཟིན་ལ་སྒོ་སེམས་མི་འཆང་ཞིང་། འབྲུང་འབྲུར་གྱི་མི་ལས་ལ་ཡང་མ་འཇུག་པར།
ད་ལྟ་བར་སྒོ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཏད་དགོས། རང་གི་ད་ལྟའི་ལས་འཁུར་རྣམས་ལ་བག་མེད་ལྟོད་
ཡངས་མེད་པར་འཇུག་ཅིང་། འདི་ཉིད་ལ་ཕྱི་བཤོལ་མི་བྱ་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་ན་སྤྱིད་པའི་ཉི་མ་
ཤར་རོ།

ཤེས་རབ་ནི་ལས་སྤོན་གྱི་མཆོག་ཡིན་ཞིང་། དད་པ་ནི་རྒྱ་གོགས་ཀྱི་འཛོག་དང་། མ་
རིག་པའི་སྤྲུག་པ་དང་། སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་བར་བྱ་ཞིང་། རྟོགས་བྱང་གི་སྤྱང་བ་འཛོལ་

ཉམས་རྟོགས་སྤེལ་བའི་རུལ།

དགོས་པོ།

ལུས་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས། དཀར་པོའི་ལས་ལ་འཇུག་སྟེ། ཐོབ་པ་དེའི་
ཅལ་སྟོན་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། འདི་ཉིད་ནི་ལས་ཁུར་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་བས་ན་དད་
པ་འདི་ཉིད་གཅེས་པའི་ཞོར་ཞིག་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དྲང་ཞིང་བདེན་པའི་ཀུན་སྟོང་གིས་ཀྱང་
རང་གི་སྤྱེ་བ་འདིར་བརྒྱན་པར་འགྱུར་ཞིང་། དཀར་ལས་གསོག་པ་རང་འཁྲིའི་བབ་ཁུར་
དུའང་འགྱུར་རོ།

དད་པ་ནི་སྤྱེ་བའི་འགྲུལ་བཞུད་སྐབས་ཀྱི་ཟས་ལྟ་བུ་དང་། དཀར་ལས་དག་ནི་གནས་
ཁང་དང་། ཤེས་རབ་ནི་ཉིན་མའི་སྤང་བ་དང་། དུན་པ་ཡང་དག་ནི་མཚན་མའི་སྤང་མ་ལྟ་བུ་
ཡིན་ཞིང་། དྲང་བདེན་དུ་ཡང་དག་པར་གནས་ན་གང་གིས་ཀྱང་འཆོ་བར་མི་རུས་ཤིང་།
འདོད་ཆགས་ཐམས་ཅད་རང་དབང་དུ་བསྐྱུས་ཟིན་ན་རང་དབང་དང་བདེ་སྤྱིད་ལ་སྐྱུས་ཀྱང་
གཞོད་པར་མི་རུས་སོ།

རང་ཁྱིམ་གྱི་དོན་དུ་རང་དོན་དོར་བར་བྱ། རང་གི་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་དོན་དུ་རང་ཁྱིམ་དོར་
བར་བྱ། རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་དོན་དུ་རང་གི་གྲོང་ཁྱེར་དོར་བར་བྱ་ལ། རྟོགས་བྱུང་གི་དོན་དུ་
ཐམས་ཅད་དོར་ཏེ་སྤང་བར་བྱ་དགོས་སོ།

ཐམས་ཅད་འགྱུར་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། ཐམས་ཅད་སྤང་ཞིང་མི་སྤྲུམ་བར་འགྱུར་
ལ། སྤྱེ་འཁྲིའི་སྤྲུག་བསྐལ་ལས་མ་གྲོར་གྱི་བར་དུ་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ནི་རྟེན་དུ་མེད་དོ། ॥

དགེ་འདུན་གྱི་སྒྲུ་

ལེའུ་དང་པོ།

དགོ་འདུན་པའི་ལས་འཁུར།

༡།

ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བའི་ཐེ།

༡ སྤྱི་བོ་གང་ཞིག་ང་ཡི་རྗེས་འཇུག་བྱ་བར་འདོད་པ་རྣམས་ནས་རང་ཁྱིམ་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་གཞག་ལས་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་གཙོད་ཅུས་ཤིང་། རྒྱ་ཚོར་ལ་མ་བརྟེན་པ་ཞིག་དགོས་ལ། གང་དག་གིས་ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་འབྲེལ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་བཅད་དེ། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀར་གཏན་ནས་ཆགས་པ་མེད་པ་དག་ནི་ང་ཡི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་ཞིང་། འདི་དག་ལ་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཞེས་སུ་གྲགས་སོ།

གང་དག་ང་ཡི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཅིང་། ང་ཡི་ཁྱོན་ཆས་ཁྱོན་ཡང་། ཅི་ཕྱེ་རང་རྒྱུད་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་དཀྲུགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ནི་ང་ལས་རྒྱུད་གིས་ཆོད་ཅིང་། གང་དག་བཙུན་པའི་གོས་ཁྱོན་ཡང་། དམ་ཆོས་ལ་མི་སྒྲོབ་ནའང་། ང་ལས་རྒྱུད་གིས་ཆོད་པས། ང་ཉིད་མི་མཐོང་ངོ་།

འོན་ཀྱང་། ཅི་ཕྱེ་འདོད་ཆགས་ཐམས་ཅད་ལས་བྱལ་དེ། རང་རྒྱུད་འཇམ་ཞིང་ཞི་བར་གནས་པ་དག་ནི། བདག་ལས་ས་རྒྱུད་རིང་པོར་འཁོད་ཀྱང་། བདག་དང་ཉེ་བར་གནས་ཤིང་། དམ་ཆོས་ཐོས་པས་བདག་ཉིད་མཐོང་ངོ་།

༢ ང་ཡི་རྗེས་འཇུག་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ནས་འདུལ་བའི་ཁྱིམ་ས་བཞི་པོ་འདི་དག་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་གནས་དགོས་དེ།

དང་པོ། གོས་ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པ། གཉིས་པ། ཟས་བསོད་སྦྲོམས་ལ་

བརྟེན་པ། གསུམ་པ། གནས་ནགས་བྲག་གི་དབེན་པར་གནས་པ་དང་། བཞི་པ། ཚངས་
 སྟོང་ལ་གནས་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཀྱིས་བཅས་བྲིམས་བཞིན། བའི་གཅིན་ལས་བྱས་པའི་
 གསོས་སྒྲན་ལ་བསྟེན་པ་དགོས་ཤིང་། སྟོང་སྟོང་གཅིག་ལག་དུ་འཁྱེར་དེ། གོང་ནས་གོང་དུ་
 བསྟོད་པ་དག་ནི་སྤང་པའི་ཚུལ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་། རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་འདོད་པ་དང་
 འཕོང་བའི་རྟེན་གྱིས་གཞན་དབང་དུ་བྱུར་དེ་སྟོང་བ་ནི་མིན་དེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་ནི་རང་གི་
 འདོད་པས་དང་དུ་སྤངས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་དད་གུས་ཀྱི་ལམ་ཚུལ་ལས། འཇིག་རྟེན་
 གྱི་རྟུང་ཚོགས་དང་། སྤྱག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་ལས་བྱལ་དེ། རྫོགས་བྱང་དུ་བགྱི་བར་འབྱུར་བ་
 ཤེས་པ་ཡིན་ནོ།

བྲིམ་ནས་བྲིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་གྲོགས་དགེ་འདུན་གྱི་ལམ་ཚུལ་འདི་ནི་སྤྲོ་
 བ་ཞིག་མིན་པས། དབང་པོའི་སྒོ་ལྡེལ། རང་སེམས་སྤང་བར་མི་རུས་ཤིང་། འདོད་ཆགས་
 དང་ཁོང་ཁྱེད་ཀྱིས་དམིགས་སུ་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ཀྱིས། ཚུལ་འདིར་འཇུག་པར་མི་བྱུའོ།

༣ བྲིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ནས། གཤམ་གསལ་བསྐྱབ་པ་དག་ལ་ཁས་
 སྤངས་འཕེར་བ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ཡང་། རབ་བྱུང་གི་བཅས་བྲིམས་ཇི་ཡིན་བདག་གིས་
 འཁུར་བར་བྱ་ཡི། འདི་དག་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་མེད་པར་རང་གིས་བཙོན་པ་གང་སྐབ་བསྟེད་པར་བྱ་
 ལ། གང་དག་གིས་བདག་གི་ལམ་ཚུལ་འདི་ལ་ཕན་འདོགས་བགྱི་བ་རྣམས་ལ་བགྱིན་རྗེས་དྲན་
 པ་དང་། བཙོན་པ་དྲག་པོས་ཚུལ་འདིར་ཡང་དག་པར་སྟོབ་ནས་སྟེ་པོ་དེ་དག་ནི་བདེར་འཚོ་
 བར་བགྱེའོ། ཞེས་ཁས་སྤང་ཚུལ་བཞིན་སྐབ་པ་ཞིག་དགོས་སོ།

རབ་བྱུང་དུ་བྱུར་བ་ཡང་། གཤམ་གསལ་དག་ལ་སྟོབ་དགོས། ངོ་ཚྏ་ཤེས་པ་དང་།
 ཁྱེད་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས། སྟེ་པོ་རང་ཉིད་ཚུལ་ལྡན་ཞིག་ཡོང་བའི་སྤྲད་རང་གི་སྒོ་གསུམ་དུ་
 མས་མ་འགོས་པར་བྱ་དགོས། དབང་པོའི་སྒོ་ལྡེལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྤང་དགོས། འཕྲལ་གྱི་བདེ་བ་

དགོ་འདུན་པའི་ལས་འཁུར།

ཞིག་གི་སྐད་དུ་རང་སེམས་གང་བྱུང་དུ་མི་གཏོང་བ་དང་། བདག་བསྟོད་གཞན་སྟོད་མི་བགྱི་
བ་ཞིག་དགོས་ཤིང་། བག་མེད་དུ་གནས་པ་འདུ། དགོས་མེད་གཉིད་རིང་མི་ཁྲག་པ་སོགས་
དགོས་སོ།

རྟག་དུ་ཕྱི་དྲོའི་དུས་སུ་ཞི་གནས་ངང་སྒོམ་ལ་གནས་དགོས་ཤིང་། དེ་རྗེས་གུ་ཡངས་བྱུང་
ཙམ་ཞིག་གི་མཁུག་མནལ་དུ་འཇུག་ཅིང་། གཟིམས་མནལ་དུ་མ་ཁྲག་གོང་ཙམ་དུ་སང་ཞོགས་
མ་ཡང་བྱ་སྐྱམ་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་ལ། དེ་ཡང་། ཞལ་གཡས་ཕྱོགས་ཀྱིས་སེང་གའི་རྟལ་སྐབས་བྱ་
ལ། མ་རྟོར་ཡང་སྒོམ་བྱ་བའི་སྐབས་འབྱེན་ལ། དེ་རྗེས་མར་བཞིན་གུ་ཡངས་ཕྱིར་བསྟོད་བྱུང་
ཙམ་ཞིག་བྱ་དགོས་སོ།

ཉིན་མའི་དུས་སུ་འང་རྒྱན་དུ་སེམས་གུང་པོར་འཛོག་དེ། ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་ལེགས་
པར་སྒོམ་དགོས། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་མ་རིག་པ། གཏི་ལྷག་ བག་མེད། འཕྱོད་
པ། རྟོགས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ལ་རང་རང་གི་གཉེན་པོ་
བསྟེན་དགོས་སོ།

རྒྱལ་འདི་ལྟར་དུ། རང་སེམས་གཏད་དེ། ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་སྦྱབ་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་།
རྟོགས་པའི་བྱུང་རྒྱུ་གི་ལ་དམིགས་དགོས་སོ།

༤ རབ་དུ་བྱུང་བ་གང་ཞིག་གིས་རང་གི་སྒྲ་མའི་དམ་བཅས་པའི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་
བརྗེད་དེ། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། སྤང་བ་དང་། སྐྱག་དྲག་ང་རྒྱལ། ཆེ་མཐོང་
དང་། མི་དྲང་བར་འཇུག་པ་དག་ནི་རས་གཡོགས་སྒྲ་བ་མོ་ཞིག་གིས་ཁེབས་པའི་སྤྱི་གྲི་སོ་
གཉིས་པོ་ཞིག་ལག་དུ་འཆང་བ་དང་འདྲའོ།

དེ་ཡང་། བྱིས་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཞེས་པ། གོས་བཙུན་པའི་གོས་དང་། ལག་དུ་
རྒྱང་བཟེད་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་མ་ཡིན་པ། མ་ཟད། གནས་མེད་མཆེད་གྲོགས་ཞེས་པ་དེའི་ལ་

འདོན་འདོན་སློག་ཙམ་གྱིས་མ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ལྟ་བུ་དག་ནི་ཆ་མཐོང་མེད་པའི་སྐྱེ་བོ་སྐལ་པ་
ཙམ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

ཕྱི་རྒྱུ་ཚུལ་དུ་རབ་བྱུང་གི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དོན་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་
གཞག་ལས་བྲལ་བ་མ་བྱུང་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དག་ནི། བྱིས་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཅི། གང་
ཡང་མི་ཤེས་པའི་བྱིས་པ་རྒྱུང་དུ་ཞིག་རབ་དུ་བྱུང་བའི་གོས་ཀྱིས་ཀླུབས་པ་དང་འདྲའོ།

གང་དག་བསམ་གཏན་ལ་གནས་ཤིང་། རང་སེམས་སྤང་བ་དང་། ཤེས་རབ་དང་ལྡན་
ཞིང་། འཇིག་རྟེན་འདིའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ལ། གཅིག་དུ་རྫོགས་བྱུང་གི་དཔེ་བ་
པར་མོས་པ་དག་ནི། དེས་དོན་དུ་བྱིས་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ།

དེས་དོན་གྱི་རབ་བྱུང་རྣམས་ནི། རང་ལུས་ཀྱི་ཁྲག་ཐམས་ཅད་ཟད་ཅིང་རུས་པ་ཐམས་
ཅད་ཕྱེ་མར་བྱུར་ཁྱེད་ཅུང་། རང་གིས་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་རྫོགས་བྱུང་འཕྲོ་བ་པར་གཅིག་དུ་
མོས་ཤིང་། འདི་ལྟ་བུར་རང་རུས་གང་ལྟོགས་ཀྱིས་བརྩོན་པར་བྱེད་པ་དག་ནི་གདོན་མི་བ་
བར་འདོད་པའི་དོན་གྲུབ་ཅིང་། འབྲས་བུ་སྐྱབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རང་རང་གི་རྣམ་དགར་
གྱི་དགེ་བ་དག་ལས་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་འབྱུང་བའི་ལྟ་ལྟས་བྱུང་ངོ་།

ལ རབ་བྱུང་རྣམས་ལ་འཁྲི་བའི་ལས་འགན་ནི། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྣམ་པ་བྲལ་བ་
སྐལ་བྱ་རྒྱ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་ལ་ཚོས་འཆད་པ་དང་། མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་
སངས་པ་དང་། འོག་པའི་ལྟ་བ་སེལ་བ་དང་། ལྟ་བ་ཕུན་སྲུང་ཚོགས་པ་འདི་གཉིད་བསྟན་
དགོས་པ་ཡིན་ཞིང་། ས་ཕྱོགས་གང་ཡིན་དུ་འགྲིམ་འབྲལ་གྱིས། རང་གི་སློག་རྒྱུན་ལ་འདྲེ་ལྟོས་
མེད་ཀྱིས་བསྟན་པ་བྲལ་སྐལ་བྱ་དགོས་སོ།

བྱིས་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བ་དག་གི་ལས་དོན་ནི་སྤྲོ་བ་ཞིག་མིན་པས་གང་དག་དེ་ལ་
མོས་པ་རྣམས་ནས་སྤྲོ་བ་ཅད་ལུས་བསྐྱར་གྱིས། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བཞུགས་གནས་དང་།

དགེ་འདུན་པའི་ལས་ལུས།

བཞུགས་ཁྲིར་ཉེ་བར་གནས་དགོས་སོ།

དེ་ཡང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ན་བཟའ་ཁྱོན་པས། ཉམས་རྒྱུ་བྱ་རྒྱ་དང་། བཟོད་པ་བསྟེན་པ་མཚོན་ལ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བཞུགས་ཁྲིར་འཁོད་པས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་མཐོང་སྟེ་ཆགས་ཞེན་མི་བྱེད་པ་མཚོན་པ་དང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་པོ་བྱང་དུ་གནས་པས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བྱགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོ་ཇི་བཞིན་གཞན་ལ་བྱམས་བརྩེ་བྱ་དགོས་པར་མཚོན་ནི།

༦ གཞན་ལ་དམ་ཚེས་ཟབ་མོ་སྒྲིབ་པར་མོས་པ་ནམས་ནས་གཙོ་ཆེར་ཁྱད་ཆོས་བཞིར་བྱགས་སྤང་བྱ་དགོས་སྟེ། དང་པོར། རང་རང་སོ་སེའི་ཀུན་སྤྱོད་ལ་བྱགས་སྤང་དགོས། གཉིས་པར། གཞན་ལ་གདམས་ངག་འབྲིན་པའི་ཆོག་ལ་གང་འོས་ཀྱི་ཆོག་དང་བརྗོད་པའི་བེད་སྤྱོད་ལ་བྱགས་སྤང་དགོས། གསུམ་པར། ཆོས་འཆད་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ལ་གཟབ་སྤང་དགོས་ལ། བཞི་པར། བྱགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོར་བྱགས་སྤང་དགོས་སོ།

དེ་ཡང་། ཆོས་འཆད་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐབས་མཁས་ཤིག་ལ་གདུགས་ཏེ། རབ་བྱང་ཞིག་ནས་ཐོག་མར་རང་ཉིད་བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། བག་ཡོད་ཅན་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཤིང་། སྒྲོ་སེམས་མི་བདེ་བའམ། གདམ་འདོད་ཅན་མ་ཡིན་པ་དང་། རྟག་དུ་དངོས་པའི་སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་དམིགས་ཏེ། དེ་དག་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་རུས་པ་ནམས་ནས་ཀུན་སྤྱོད་བཟང་པོར་འཇུག་རུས་སོ།

གཉིས་པར། གདུལ་བྱའི་རང་བཞིན་དང་། གནས་སྐབས་ལ་བརྟག་དགོས་ཏེ། རང་ཉིད་སྟེ་བོ་གདུག་པ་དང་དབང་ཤེད་དྲག་བྱགས་ཅན་དང་མི་འགྲོགས་པ་དང་། བྱུང་མེད་དང་ལྷན་དུ་མི་འགྲོགས་པ་ཞིག་དགོས་པ་མ་ཟད། ཞི་འཇམ་གྱི་ངང་ནས་གཞན་ལ་འབྲེལ་བ་བྱ་དགོས་པ་སྟེ། རྒྱུ་དུ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་པ་ཤེས་བཞིན་པའི་ངང་ནས། གཞན་ལ་ཆོག་ངན་མི་སྦྲེལ་བ་དང་། འཛང་འབྲུ་བར་མི་བྱ་ཞིང་། གཞན་ལ་གུས་པས་བཀྱར་བར་བྱ་

དགོས་སོ།

གསུམ་པར། སངས་རྒྱུ་དང་ཆོས་སྤྱབ་པའི་རྒྱ་གོགས་ནམས་རིམ་པ་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་པ་
དང་། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་མོས་པར་བྱེད་པའི་ངང་ནས་རང་སེམས་ཞི་བར་གནས་
དགོས་པ་དང་། བམས་ཅད་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་སྦྱང་ཞིང་། སྤྱོད་བམས་ཅད་ལ་
བདང་སྦྱོམས་སྤྱོད་ཆོས་སྦྱོན་དགོས་སོ།

བཞི་པར། རང་གི་བརྩེ་བ་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་པའི་སངས་རྒྱུ་དག་གི་ཐུགས་བརྩེ་
བཞིན་རྒྱལ་པར་བསྐྱེད་དགོས་ལ། རྩེ་བྱག་དུ་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་པོ་སྤྱོད་པོ་བརྩེ་བས་དམིགས་ཏེ་དེ་
དག་རྒྱལ་བུ་དུ་བཞུགས་པར་གྱུར་ཅིག་སྤྱོད་པ་དང་། དེ་ནས་རང་གི་འདོད་དོན་རྩི་
བཞིན་འབྲུག་པའི་ཆེད་དུ་ཐུགས་རིས་ཀྱི་དྲི་མས་མ་གོས་པར་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བྱེད་དགོས་སོ།

ལ

རྩེ་འཇུག་ཁྱིམ་པའི་ཕྱེ།

༡ ཁོང་དུ་འགྲེལ་ཟེན་པ་བཞིན། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རྩེ་འཇུག་གས། རྣང་པ་སངས་རྒྱུ་
པར་འཁུར་བ་ལ། སངས་རྒྱུ་དང་ཆོས་དང་དགོ་འདུན་ཏེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྤྱབས་སུ་
འགོ་དགོས་ཤིང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རྩེ་འཇུག་ཁྱིམ་པ་ཆོས་ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་ལ་དད་པ་བརྟན་
པོ་དགོས་པ་དང་། དེའི་གསུང་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ཐོས་བསམ་བྱ་དགོས་ཤིང་གདམས་པ་ནམས་
ཐུག་ལེན་དུ་འཁེལ་བ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། དགོ་འདུན་ཀྱི་ཐེ་ལ་ཡིད་སྦྱོན་བྱེད་དགོས།

རྩེ་འཇུག་ཁྱིམ་པ་ནམས་ནས་གཤམ་འཁོད་ཚུལ་གྱིས་ལྟ་པོར་གནས་དགོས་ཤིང་།
དེ་དག་ནི། སྤྱོད་མི་གཅོད་པ་དང་། མ་བྱིན་མི་ལེན་པ་དང་། ལོག་པར་མི་གཤམ་པ་དང་།
རྒྱུན་མི་སྤྱོད་པ་དང་། ཆང་སོགས་སྤྱོད་རྩེ་ལ་མི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ལྟོ།

དགོ་འདུན་པའི་ལས་འཁུར།

རྗེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་རྣམས་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་འགོ་བྱ་བ་དང་ཕྱི་ལ་ཕྱ་
པོ་དེ་ལ་གནས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར། རང་གི་རུས་ཚོད་ལ་གཞིགས་ནས་གཞན་དག་ཀྱང་
དེ་དག་ལ་འཇུག་པར་བསྐུལ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་རང་གི་སྤྱད་གཉེན་གྲོགས་པོ་ལས་བརྒམས་
ཏེ་བྱ་ལ། དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ་བསྐྱར་ཏེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མཁའ་ན་
བཙའི་གཟིགས་འོག་དུ་བཅུད་དགོས།

རྗེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་རྣམས་ནས་རྒྱན་དུ་འདི་ལྟར་ཏེ། རང་གིས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་
སྐབས་འགོ་བྱེད་པ་དང་། ཕྱི་ལ་སྐྱེད་བ་རྣམས་མཐར་ཐུག་རྒྱུ་གས་བྱང་འཕྲོ་བ་པའི་ཆེད་དུ་
ཡིན་སྟེ་པ་དང་། གནས་སྐབས་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་གཞག་ལས་མ་བྱལ་ཀྱང་། རིམ་བཞིན་འདི་
དག་ལས་ཆགས་བྱལ་བྱའོ་སྟེ་སྟེ་དགོས།

མ་ཟད། རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་རང་གི་ཡ་མ་སྤྱད་མཆེད་དག་ལས་བྱལ་ཏེ་སྐྱེ་འཛིན་
འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་དགོས་པས། འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་ཆགས་ཞེན་སྤངས་ཏེ།
རྒྱུ་གས་པའི་བྱང་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་གཉན་དགོས་སོ།

༢ རྗེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་རྣམས་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་ལ་དད་པ་བཙུག་མིན་ཞིག་
བསྐྱེད་པར་འདོད་པས། རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཞི་ཞིང་རྟོག་པ་ཡོངས་སུ་བྱལ་བའི་དགའ་བ་བསྐྱེད་
དགོས་ཤིང་། དགའ་བ་དེ་དེས་རང་གི་ཉེ་འཁོར་དང་བཅས་པར་ཞི་བ་དེའི་སྤྱང་བ་འབྱིན་ནོ།
རྒྱུ་དེ་ལྟར་ལས་བསྐྱར་པའི་དད་པའི་སེམས་དེ་ནི་དྲངས་ཤིང་ཞི་ལ་བཟོད་ཅིང་གནོད་
འཚེ་སྤངས་པ་སྟེ། གང་ཞིག་རྟག་དུ་སངས་རྒྱུས་དང་། ཆོས་དང་། དགོ་འདུན་བཅས་དགོན་
མཆོག་གསུམ་པོར་འཇུག་ལ། དེས་ན་རང་གི་རྒྱུད་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བདེ་བ་སྐྱེས་ཤིང་།
ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱུ་གས་བྱང་གི་སྤྱང་བས་ཁྱབ་པར་བྱེད་དོ།

དད་པའི་སྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་ལ་ཉེ་བས། བདག་གཅེས་འཛིན་དང་། རང་གི་

བདོག་པ་ལ་ཆགས་ཞེན་ལས་རྒྱུ་གིས་ཚད་པ་དང་། དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་ལ་ཉིན་རེའི་འཚོ་བ་
དང་། སྒྲིན་སྒྲིབ་ཀྱི་འཇིགས་པ་མེད་དོ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བའི་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་ལྡན་པས། མ་འོངས་པར་འཆི་
བའི་འཇིགས་པ་ཡང་མེད་ཅིང་། དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བཞེད་བྱུང་དད་མོས་ལྡན་པས། འཇིགས་
དངངས་མེད་པར་རང་གི་བསམ་དོན་ཇི་བཞིན་ལྷག་པོར་བཞེད་རུས་སོ།

ཇི་ལྟར་དེ་དག་གི་རྒྱུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པའི་བརྟེན་བ་སྦྱང་རྒྱུ་གང་
བས། སེམས་ཅན་ལ་ཉེ་རིང་མི་མང་འཁྱེད་ཀྱི་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་རྣམ་རྟོག་མེད་པས།
དཀར་པོའི་ལས་ཅི་བྱེད་ཀྱིས་བདེ་བ་དང་ཞི་བ་ཁྱད་པར་མེད་པར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ཅིང་།
འཚོ་བའི་གནས་སྤངས་ལེགས་ཉེས་ཇི་ལྟར་རུང་ཡང་། དེ་དག་གིས་དད་པ་འཕེལ་བསྐྱེད་ལ་
ཕན་གཞོད་གང་ཡང་མི་འདེན་ཅིང་། བག་ཡོད་པར་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལ་
བརྟེན་བཀུར་དང་། བསམ་སྦྱོང་གཉིས་དབར་འགལ་འདུ་སྟོང་ཞིང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་ལམ་སྟོན་
འོག་རང་སེམས་རི་བོ་བཞིན་དུ་བརྟན་པོར་བསུངས་ན། རྒྱུགས་བྱུང་གི་ལམ་ལ་རྩོལ་མེད་དུ་
སྐྱར་བར་བགོད་རུས་སོ།

གནས་སྐབས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ངན་པའི་ནང་དུ་དབང་ཤེད་ཀྱི་འོག་དུ་སྟོང་དགོས་བྱུང་
ཡང་། སངས་རྒྱས་ལ་དད་པས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་རྒྱུགས་བྱུང་ལ་འགོད་པར་རུས་སོ།

༣ དེས་ན་ཐོག་མར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་ཐོས་བསམ་བྱ་བའི་འདུན་པ་དགོས་པ་
དང་། ཅི་སྟེ། རྒྱུགས་བྱུང་དུ་འཁོད་པར་མེད་འོ་བས་ཤིག་བཞུགས་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ཐེ་ཚོམ་
མེད་པར་འཇུག་རུས་པ་ཤིག་དགོས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་ཙམ་ཐོས་པ་དོན་ཆེ་དང་ལྡན་
པས། འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་ཆེན་བཞུགས་བཞི་འོས་ཤིང་རིགས་པ་ཡིན་ནོ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཐོས་པར་འདོད་པ་རྣམས་ནས་ཁེངས་དྲེགས་མེད་ཅིང་། རང་ཤེད་

དགོ་འདུན་པའི་ལས་འཁུར།

མི་བྱ་བར་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་བཅེས་སྤོང་བར་བྱ་དགོས་པ་དང་། མ་ཟད་གུས་བཅི་བྱ་ལོས་
པ་རྣམས་ལ་གུས་བཅི་དང་། བསྐྱེན་བཀྱར་ཞབས་འདེགས་ལྟ་ལོས་པ་རྣམས་ལ་འང་བསྐྱེན་
བཀྱར་ལུས་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལ་རིས་སྤྱུ་མ་མཆིས་པར་བཅེ་བས་བཟླ་སྤོང་བྱ་དགོས་སོ།

དེས་ན་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ནས་ཐོག་མར་རང་སེམས་དུལ་བར་བརྩོན་ཏེ། རྟེན་གཞན་
གང་གིས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་མི་འབྲུག་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། རྩལ་དེ་ལྟར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་
རབ་ཉམས་སྤྲངས་ཏེ་གཞན་ལ་ཕྱག་དོག་དང་གཞན་གྱིས་མ་བསྐྱུད་པར་བྱས་ཏེ། བདེན་
པའི་ལམ་དུ་བཤོད་དགོས་སོ།

གང་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་མི་བྱེད་པ་དག་ནི་བསམ་རྒྱ་
རྒྱུད་ཞིང་། དེ་བས་ན་རང་རྒྱུད་མི་ཞི་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་
ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་ཅིང་ག་ཟེགས་པའི་མཁྱེན་པ་དང་བཅེ་བ་
ཆེན་པོར་ཡིད་ཆེས་པས། རང་རྒྱུད་ཞི་ཞིང་། རྟེན་རྒྱུད་དུས་རྒྱུད་འབྲུག་པར་མི་བྱེད་དོ།

༥ སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལ་ཐོས་བསམ་བཞིན་པ་རྣམས་ནས། ཟླ་བ་འདི་བཞིན་མི་
བརྟན་མི་རྟག་ཅིང་། སྤང་པོ་འདི་ནི་ཐུག་བཟུལ་དང་མི་གཙང་བའི་གོང་བུར་ཤེས་ཏེ་ཆགས་
པར་མི་བྱེད་ལ། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་དུ། ཟག་སྤང་འདི་ལ་བཅི་མེད་སྤང་རྒྱུད་མི་བྱེད་པར་
བདག་གཙུག་ལེགས་པར་བྱེད་དོ།

དེའང་སྤང་པོ་འདི་ལ་བརྟེན་པའི་ཟག་བཙས་ཀྱི་བདེ་བར་ཡོངས་སྤྱོད་འདོད་ནས་མ་
ཡིན་གྱིས། ལུས་རྟེན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཡེ་ཤེས་འགྲུབ་དགོས་ཤིང་། གཞན་ལ་ལམ་སྟོན་
པའང་འདི་ལ་རྟག་ལས་པས་རྒྱ་མཚན་གྱི་ལོ།

སྤང་པོ་འདིར་འཕྲོད་བསྐྱེན་དང་བདག་གཙུག་མ་བྱས་ན། རིང་དུ་མི་འཛོལ། རིང་དུ་
མ་འཛོལ་བར་བདག་ཉིད་ཀྱང་ཐོས་བསམ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མི་ཐུབ་ཅིང་། བཞན་ལ་འད་སྟོན་

པར་མི་རྒྱུས་སོ།

རྒྱལ་ས་ཁུ་མོག་ས་བརྒྱལ་དགོས་པ་རྣམས་ནས་གོ་བར་བདག་གཅེས་དང་། ལམ་རྒྱང་
རིང་པོར་བསྐྱོད་པ་རྣམས་ནས། རང་གི་གཞིན་རྟེན་བཟང་མེད་གང་ལེགས་བྱ་བ་བཞིན།
རྩོགས་བྱང་སྐུབ་པའི་སྤྱོད་པ་རྣམས་ནས་རང་གི་ཡུང་པོར་བདག་གཅེས་སྡོད་མེད་བྱ་དགོས་པ་
སྤྱོད། མཛེས་སྤྱལ་དང་རྒྱན་ལྷན་བརྒྱན་པར་བྱ་བའི་བྱིར་མ་ཡིན་ཡང་། ཚ་གང་དང་རོ་ཚ་སྡོད་
པའི་ཆེད་དུ་སྤྱོན་པའི་རྩེས་འཇུག་རྣམས་ནས་གོས་ཁྱེན་པར་བྱ་དགོས།

སྤྱིད་རྒྱལ་གྱི་དོན་དུ་མིན་པར་ཆོས་བསྐྱབ་པར་འཛོལ་བའི་ཆེད་དུ་ཟས་ལ་འད་བརྟེན་
 པར་བྱ་ལ། རང་གི་དོ་ཆ་ཁལ་མེད་ཀྱི་ལས་སྤྱོད་རྣམས་སྤྱི་བའི་ཆེད་དུ་མིན་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་
 འདོད་ཉོན་གྱི་རྒྱུ་མ་དང་། ལྷ་བ་དན་པའི་རྩུང་འཛུབ་དག་ལས་སྐྱབས་པའི་ཆེད་དུ་ཚྲོགས་
 བྱང་གི་གནས་ཁང་ཡང་བརྟེན་པར་བྱ་དགོས་སོ།

དེས་ན། གོང་སློང་གི་ཡོན་ཏན་ལྡན་པའི་མཁས་པ་དང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་
 བདག་གཙུག་དང་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་པར་བྱ་ཡི། ཆགས་སེམས་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ལ། མ་ཟད་
 ཀུན་སེམས་ཅན་རྣམས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་འདེད་སྦྱོང་པར་བྱ་ཡོ།

དེས་ན་རྫོགས་བྱང་སྤྱབ་པ་རྣམས་ནས། རང་གི་ཁྱིམ་ཏུ་གནས་ཁྱང་། དམ་པའི་ཚོས་
 དང་མི་འགལ་བར་བྱ་ལ། སྤུང་གཉེན་རྣམས་ལ་བརྟེ་སེམས་ཀྱིས་མཉམ་པར་བཟུས་ན། དེ་
 དག་གི་རྒྱད་ལ་འད་དད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཐབས་ཤོད།

ཕྱོད་པའི་རྗེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་རྣམས་ནས་རྟག་དྲུག་གསལ་གསལ་གྱི་ལེ་ཆ་ཚད་གསལ་ཞིབ་
རྟག་དགོས་ཏེ། (༡) རང་གི་ཕ་མ་རང་ཁྱིམ་པ་ལྟ་སྤྱོད་བྱ། (༢) རང་གི་རྒྱུང་མ་དང་ལྷན་
བྱ་རྣམས་དང་ཁྱིམ་པ་གནས་པར་བྱ། (༣) རང་གི་དེ་ཁྱིམ་པ་དྲུག་པར་བྱ། (༤)

དགེ་འདུན་པའི་ལས་ལུས།

དེ་ཡང་རང་གི་པ་མ་རྣམས་ལ་བཏུ་སྟོང་བྱ་བའི་ལས་ཀྱི་མཆོག་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤེང་ཇེ་སྒྲིམ་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། རང་གི་རྒྱུང་མ་དང་ལྷག་གུ་དག་དང་ཚུད་ལུག་མེད་པར་གནས་པར། འདོད་ཆགས་དང་རང་གཅེས་འཇིག་གི་སྒྲོ་དོར་དགོས།

ཁྱིམ་གྱི་བྱ་གཞག་ལ་ལྷགས་པའི་དུས་སྤངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་བསྐྱབ་པ་དག་མ་བཟུང་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། ཁྱིམ་དུ་གནས་པའི་སྐབས་སྤྲུང་ཇེ་ཆེ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་བཞིན་དུ་ཚུད་ལུག་དང་མི་གཙང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་བཏུ་བར་བྱའོ།

ཇེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་རྣམས་ནས་མཆོད་པ་འབུལ་བའི་ཆེ་རང་རྒྱུད་ལ་འདོད་ཆགས་མི་འཆང་ལ། སྒྲེ་བའི་ཆོགས་ནང་དུ་གནས་པའི་ཆེ་འང་རང་སེམས་དམ་གཙང་དུ་བཟུང་བར་བྱ་ཞིང་། བྱས་ཉེས་དང་འཕྲད་པའི་ཆེ་རང་སེམས་ཞི་ཞིང་རང་རྒྱུད་མི་འཇུག་པར་བྱ་དགོས་སོ།

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ལ་མོས་པ་བསྐྱེད་དགོས། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ལྟར་ཡངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདེན་པར་མོས་དགོས།

དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་རང་གཅེས་འཇིན་གྱི་སྒྲོས་མ་བསྐྱེད་པར་དགེ་འདུན་གྱི་ལྷེ་ལ་མོས་དགོས།

གཞན་ཡང་། གོས་ལ་བསྟེན་པའི་ཆེ་དྲང་བདེན་དང་དམན་སའི་གོས་ཀྱང་གྱོན་ལ། རང་ཉིད་བཤང་གཅིན་སོགས་དོར་སྐབས་རང་གི་སེམས་ཀྱང་། འདོད་ཆགས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་དང་། མ་རིག་པ་ལས་གོལ་བར་བསམ་དགོས།

རྒྱ་ལམ་མཐོ་པོར་ངལ་ཚྭ་བྱེད་པའི་ཆོ། མོངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པའི་ལས་བདེན་གྱི་ལམ་ཡངས་པོར་ཚྭ་བར་བྱེད་པ་མོས། རྒྱ་ལམ་སྤྱོད་བཞིག་ནས་འཇུག་པའི་ཆེ་ཡང་། དེ་ལ་འཇུག་པའི་རྟེན་བཟང་བ་དག་ལས་ཕན་རུས་འདྲེན་དགོས་ཤིང་། ཇོགས་བྱང་དུ་སྤྱར་བར་བཞོད་པའི་ཐབས་སུ་བསྟོད་དགོས།

ཀུ་ཟམ་ལྷ་བུ་ཞིག་མཐོང་བའི་ཚེ་ཡང་གཞན་གྱིས་བའི་ཆེད་དུ་དམ་པའི་ཚས་ཀྱི་ཟམ་པ་
ཞིག་འཇུགས་པར་མོས་དགོས།

སྒྲིབ་དང་ཟུག་དུས་ཟིན་པའི་སྒྲིབ་པོ་དང་འཕྲད་པའི་ཚེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་མི་བརྟན་གཏན་
དུ་འབྱུང་བའི་རང་བཞིན་ངན་པ་འདི་དྲན་པར་བྱེད་ལ། སྒྲིབ་པོ་འདོད་ཇམས་ཅན་ཞིག་དང་
འཕྲད་པ་ན་ཡང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་འཁྲུལ་སྒྲུང་ལས་ཡོངས་སུ་གྲོལ་དེ། ཇོགས་བྱུང་གི་ཕུན་
ཚོགས་ལ་འདུན་པ་བྱགས་ཆེ་བསྐྱེད་དགོས་ཤིང་། ཟམ་ཞིས་པོ་དང་འཕྲད་པའི་ཚེ། བག་ཡོད་
དང་ཡིད་གཟབ་བགྱིལ། ཟམ་མི་ཞིས་པ་དང་འཕྲད་པའི་ཚེ། འདོད་ཆགས་གཏན་ནས་མི་
འབྱུང་བར་མོས་པ་བསྐྱེད་དགོས་སོ།

དབྱར་ཀའི་ཚ་དུས་སུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དྲོད་ལས་ཐར་དེ། ཇོགས་བྱུང་གི་
བསིལ་རེག་ལ་འང་མོས་པར་བྱ་ཞིང་། དགུན་དུས་ཀྱི་ཆེས་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་གང་བའི་
སྐབས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་དྲོད་ཀྱང་དྲན་པར་བྱ་དགོས།

ཆོས་པོ་དེ་སོགས་ཀློག་པའི་དུས་སུ། དེ་དག་གི་དོན་མ་བཟེད་པར་བྱས་དེ་བཟོད་དོན་
བཞིན་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བར་ཡང་དམ་བཅའ་བྱ་དགོས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་རྩེས་སུ་དྲན་པའི་
སྐབས་སུ་ཡང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱན་སོགས་མཆན་དཔེའི་ཡོན་ཏེན་རྣམས་ལ་འང་མོས་པ་
བསྐྱེད་དགོས།

གཞན་ཡང་རྩེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་ཚོས་མཆན་མོར་གཉིད་དུ་འཇུག་པའི་ཚེ། རང་གི་སྒྲོ་
གསུམ་པོ་དྲི་མས་དག་པར་ཟུར་ཅིག་སྟམ་དུ་སྒྲོན་པར་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཞོགས་པར་ལང་
པའི་ཚེ་ཡང་། དེའི་ཉིན་མོར་རང་སྒྲོ་གསལ་པོས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པར་ཟུར་ཅིག་
སྟམ་དུ་ཡང་སྒྲོན་པར་བྱ་དགོས་སོ།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་རྩེས་སུ་སྒྲོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྩེས་སུ་མ་གུབ་
པས་དེའི་ཆོས་ཉིད་དུ་ཡིན་པར་རྟོགས་དེ། ཆོས་གང་ཞིག་དང་འཕྲད་པའི་ཚེ་དངོས་པོ་རྣམས་

དགེ་འདུན་པའི་ལས་ལུས།

ལ་སྒྲུང་རྒྱུ་དུ་མི་བྱེད་པར་ཐམས་ཅད་རྫོགས་བྱུང་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་ལམ་དུ་བསྐྱར་བར་བྱ་
དགོས་ལ།

༦ འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་སྤྱིང་པོ་མེད་ཅིང་ཚད་རྫོགས་གིས་གང་བ་ཡིན་པས། ཅི་རྫོགས་བྱུང་
གི་གླིང་འདི་འང་ཞི་བ་དང་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས་སེམས་པར་མི་བྱ་ལ། ལྷག་དོན་
འཇིག་རྟེན་འདི་དེ་བྱ་གཞག་ཐམས་ཅད་རྫོགས་བྱུང་གི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ།

འཇིག་རྟེན་གྱི་གླིང་འདི་ལ་མ་རིག་པས་ཐོངས་པའི་མིག་གིས་བལྟས་པ་ན། འདི་ཉིན་མ་
རིག་འཁྲུལ་བས་གང་བར་སྒྲུང་ལ། འོན་ཀྱང་། ཤེས་རབ་གསལ་ལ་བས་བལྟས་པ་ན། འདི་ཉིད་
རྫོགས་བྱུང་གི་གླིང་ཞིག་དུ་མཐོང་བས། གང་བདེན་ཞེ་ན། དངོས་འབྲེལ་ནི། འཇིག་རྟེན་ནི་
གཅིག་ལ། གཉིས་མིན་པས། དོན་ལྡན་ཞིག་དང་དོན་མེད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གཉིས་སུ་མེད་པར་
མ་ཟད། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀྱང་མེད་ལ། འོན་ཀྱང་། སྤྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རིས་
སུ་གཙང་པའི་འཁྲུལ་བའི་སྒྲོས་འཇིག་རྟེན་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བར་བྱེད་དོ།

གང་ཞིག་གི་ཆེ་སྤྱོད་པོ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་འདི་དག་དང་བྲལ་ཏེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲོའི་
སྒྲུང་བ་རྟེན་པ་ན། དོན་དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་འབའ་ཞིག་གིས་གདམས་པའི་འཇིག་རྟེན་
གཅིག་ལས་གཞན་རྟེན་དུ་མེད་དོ།

༧ སངས་རྒྱས་ལ་དད་པའི་སྤྱེ་བོ་རྣམས་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉིང་དུ་གཉིས་སུ་མེད་
པའི་ངོ་བོ་འདི་བཞིན་མཐོང་བ་ན། ཐམས་ཅད་ལ་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་སྤྱིང་རྩེ་སྤྱེས་ཏེ།
གུས་བཀུར་བྱ་སྒོ་འབྱུང་ངོ།

དེས་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་རྒྱལ་གྱི་དྲི་མས་དག་པར་བྱེད་དེ་གུས་བརྩི་དང་།
སྦྱོང་བཟང་། བསྟེན་བཀུར་ཞབས་འདེགས་ཀྱི་སྒོ་བཟང་པོ་རྣམས་རང་རྒྱུད་ལ་འཇགས་པར་

བྱའོ། དེ་ཡང་རང་གི་སེམས་འདི་ཉིད་འབྲས་བྱ་དང་ལྡན་པའི་ས་གནི་ལྟ་བུར་དགོས་ཏེ། གང་
ཞིག་གིས་རིས་སྤྲུམ་མཆིས་པར་ཐམས་ཅད་འཛོལ་བར་བྱེད་ཅིང་སྦྱང་བར་བྱེད་ལ། ཁོང་ཁོ་
ཅན་རྣམས་ལ་བཟོད་པ་བསྟེན་ཞིང་། དབུལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་ས་
བོན་འདེབས་ལ་རིང་ས་ཤིང་དགའ་བར་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས།

དེ་ཡང་། འབུལ་པོར་བརྟེན་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ནི། གླེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་ལྟ་བུར་
གྱུར་ཅིང་། ཐམས་ཅད་ལ་གུས་ཤིང་བཀྲར་ལ། ཐམས་ཅད་རང་གི་གཅེས་པའི་པ་མ་ལྟ་བུར་
གྱའོ།

དེས་ན། གླེ་བོ་སྦོང་ཕྱག་མང་པོས་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་ཚོར་ཐུང་ཞིང་འཛོལ་བར་
བྱེད་ཀྱང་དེས་གཞོད་པའི་མི་བདུབས་ཏེ། དེ་ནི་ཕྱིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་དུག་གི་ཐིགས་པ་
ཅམ་ཡིན་ནོ།

༤ རྗེས་འཇུག་ཁྱིམ་པ་རྣམས་ནས། དྲིན་ཤེས། དྲིན་དུན། དྲིན་གསའི་གོམས་སྦྱོང་བཟང་
པོས་བདེ་སྦྱིད་རྒྱན་མར་སྦྱང་བར་འབྱུར་ཞིང་། རྣམ་ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དད་པ་དེ་སངས་
རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྟེན་པ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་ངེས་པ་རྟེན་པར་འབྱུར་རོ།

འཇིག་རྟེན་ཀྱི་དྲི་བཅས་སེམས་ཀྱི་འདམ་ཇ་བ་ནང་དད་པའི་ས་བོན་རྟེན་དུ་མེད་ཀྱང་།
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྟེན་པ་ཆེན་པོའི་སྐབས་ཀྱིས་དེར་ས་བོན་འདི་རིགས་གདབ་པར་བྱ་རུས་
ཤིང་། ཇི་སྟེན་དུ་སངས་རྒྱུ་ལ་དམིགས་པའི་དད་པའི་མངོན་དུ་མ་གྱུར་ཀྱི་བར་དུ་ས་བོན་
དེས་དེ་དག་གི་རྒྱུད་དག་པར་བྱེད་དོ།

ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར། ཨེ་ར་ཏ་ཏའི་ནགས་ཀྱང་གི་སྤེབ་དུ་ཅན་ཏ་ཏ་ཞེས་
པའི་དྲི་ཞིམ་འབུལ་བའི་སྤོང་པོ་སྤྱོད་པར་མི་རུང་བ་བཞིན། མོངས་སྤྱན་གྱི་ནང་དུ་སངས་རྒྱུ་
ལ་དམིགས་པའི་དད་པའི་ས་བོན་ཡང་འབྱུང་མི་རུང་ལ། འོན་ཀྱང་གནས་ཚུན་དུ་ཡོན་ཏན་གྱི་

དག་འདུན་པའི་ལས་འཁུར།

མེ་དོག་སྒྲེ་བ་ཡོད་པས། འདི་ལྟར་འགྲེལ་བར་བྱ་སྟེ། མྱོངས་སྤྱན་གྱི་ཚོགས་སུ་བྱུང་བའི་ཡོན་
ཏན་གྱི་མེ་དོག་དག་གི་རྩ་བ་ནི་མྱོངས་སྤྱན་གྱི་ཚོགས་ན་མེད་ཅིང་། གཞན་དུ་ཡོད་དེ། སངས་
རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

བདག་དུ་འཛིན་པའི་མངོན་པར་དྲངས་པའི་རྗེས་འཇུག་ཁྲིམ་པ་དག་ནི་རང་རྒྱད་འདོད་
ཆགས། ཁྱོད་བ་དང་། མྱོངས་པའི་དྲི་མས་སྤྲགས་པས། རང་ཉིད་ཐུག་དོག་ཅན་དང་། མེར་སྤྲ་
ཅན་དང་། ཞེ་སྤང་ཅན་དང་། གཞོད་འཚོ་ཅན་ཞིག་དུ་འབྱུང་ལ། འོན་ཏེ། སངས་རྒྱལ་སུ་
ཕྱོགས་ཏེ་དེར་རྗེས་དྲན་བགྱིས་ན། གོང་དུ་བརྗོད་ཟིན་པའི་ཡོན་ཏན་དག་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཁྱད་
པར་དུ་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་འཕྲོ་བ་པར་འབྱུར་ཞིང་། འདི་ཉིད་ནི་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ཡང་ངོ་།

ག

མི་ཆོ་དྲང་བདེན་དུ་སྦྱོང་བའི་ལས་སྟོན།

༡ འག་འཁྱིལ་གིས་བྱུང་ཉེས་དང་། བར་ཆད་བགལ་སྟོན་གསལ་པར་ཕྱོགས་སམ་རུབ་
ཕྱོགས་སྟོན་ཕྱོགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ནས་འོངས་པར་འཛིན་ཀྱང་། དེ་ནི་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་
དག་ཐམས་ཅད་རང་རྒྱད་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་ལ། དེ་བས་ན་བར་བགལ་སྟོན་གསལ་ཕྱི་རོལ་
ནས་འགོག་པར་བརྩོན་ན་ཡང་ནང་སེམས་དེ་མ་སྤྱང་བར་བོར་བ་ནི་སྤྱན་པོ་ཡིན་ནོ།

དེ་ལ་དུས་མུ་མོ་ནས་དར་གིང་དུས་ད་ལྟར་ཡང་གནས་པའི་ཡུལ་གྱི་གོམས་སྟོལ་ཞིག་ལ།
སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཞོགས་པ་ལངས་པ་ན། ཐོག་མར་ངོ་དང་ཁ་ལག་གཙང་མར་བཀྱས་ཏེ་ཕྱོགས་
དག་སྟེ། ཤར་ལྗོ་རུབ་བྱུང་སྟེང་འོག་སོ་སོར་ལུས་འདུས་དེ་ཉི་མ་དེར་ཕྱོགས་དུག་པོ་གང་
ནས་ཀྱང་བར་བགལ་སྟོན་མི་འབྱུང་བར་སྦྱོན་ལམ་འདེབས་ལ།

འོན་ཀྱང་སམས་རྒྱས་གྱི་གསུང་རབ་ནད་དུ་ནི། དེ་ལས་གཞན་ཏེ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ནས་

བདེན་པའི་ཕྱོགས་དྲུག་ལ་གྲུས་པ་སྒྲེས་ཏེ་བར་ཆད་སོགས་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་རང་ཉིད་ནས་
ཚུལ་བཞིན་དུ་དགེ་བའི་ལས་ལ་འཇུག་པར་དམ་བཅའ་བར་གསུངས་སོ།

དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཕྱོགས་དྲུག་གི་རྒྱལ་སྐོ་སྤྱད་བར། སྤྱི་བོ་རྣམས་ནས་ལས་བཞིའི་
སྒྲིབ་པ་སྤོང་བ་དང་། མི་དགེ་བའི་སེམས་བཞི་དབང་དུ་བསྟུང་བ་དང་གནས་ཁང་དང་རྒྱ་ཚོར་
ཉམས་པའི་རྒྱ་དྲུག་གཅོད་དགོས་པ་ཡིན་ཅོ།

དེ་ཡང་ལས་བཞི་ཞེས་པའི་བཞི་པོ་ནི། སྔག་གཅོད་པ། མ་བྱིན་པ་ལེན་པ། འོག་པར་
གཡེམ་པ་དང་། བརྒྱན་སྒྲ་བ་བཅས་ཡིན་ཞིང་། མི་དགེ་བའི་སེམས་བཞི་པོ་ཡང་། འདོད་
ཆགས། ཁོང་ཁྲོ། མོངས་སྤྱན་དང་། འཇིགས་པ་བཅས་བཞིའོ།

གནས་ཁང་དང་རྒྱ་ཚོར་ཉམས་པའི་རྒྱ་དྲུག་ནི། ལུས་སེམས་མི་རྒྱགས་པར་བྱེད་པའི་
མྱོས་བདུང་ལ་འདོད་ཅིང་སྤྱན་པོར་སྤྱོད་པ་དང་གཅིག་མཚན་མོ་ཕྱི་པོར་སྤྱོད་ཅིང་། བབ་
ཅོལ་གྱི་གཏང་དང་སྤྱོད་པ་ལ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་གཉིས། བླ་གར་རོལ་མོ་བྱེད་པ་དང་
གསུམ། ཤོ་སྒྲག་རྒྱབ་པ་བཞི། སྤྱིག་གོགས་དང་མཉམ་སྤྱོད་བཞི་བ་དང་ལ། རང་གི་ལས་
འགན་བཤོལ་བ་དང་དྲུག་གོ།

ལས་བཞིའི་སྒྲིབ་པ་འདི་དག་སྤངས་ཤིང་། མི་དགེ་བའི་སེམས་བཞི་པོ་དབང་དུ་བསྟུང་
པ་དང་། ཉམས་བྱེད་གྱི་བྱ་ག་དྲུག་པོ་བཅད་ཟིན་པའི་རྗེས་སུ་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་དག་གིས་
བདེན་པའི་ཕྱོགས་དྲུག་པོ་འདི་དག་ལ་གྲུས་བཀུར་བཞིའོ།

ད་ནི་བདེན་པའི་ཕྱོགས་དྲུག་པོ་གང་ཞེ་ན། ཡོད་དེ། ཤར་ཕྱོགས་ནི་མ་མ་བྱ་ལྷག་གི་
ཚུལ་སྤྱོད་ལ་བྱ། རྫོང་ཕྱོགས་ནི། དགེ་ཆན་དགེ་ལྷག་གི་ཚུལ་སྤྱོད་ལ་བྱ། ལུབ་ཕྱོགས་ནི། ཁྱོག་
དང་རྒྱང་མའི་ཚུལ་སྤྱོད་ལ་བྱ། བྱང་ཕྱོགས་ནི་གོགས་གོགས་ཅན་གྱི་ཚུལ་སྤྱོད་ལ་བྱ། འོག་
ཕྱོགས་ནི་རྗེ་བོ་དང་བྲན་གཡོག་གི་ཚུལ་སྤྱོད་ལ་བྱ། རྗེང་ཕྱོགས་ནི་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་དག་
གི་ཚུལ་སྤྱོད་ལ་བྱའོ།

དགེ་འདུན་པའི་ལས་འཁུར།

ཐོག་མར་ཤར་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་པ་མ་དང་ཕུ་གུའི་བྱ་དགོས་པ་ནི། ཕུ་གུས་གཙོ་
བོར་ལས་དོན་ལྟ་བུ་དགོས། ཕུ་གུས་པ་མར་ལྟ་སྟོང་བྱ་དགོས་པ་དང་། པ་མའི་ཆེད་ལས་དོན་
བྱ་དགོས་པ། པ་རྒྱུད་བྱ་འཛིན་བྱ་དགོས་པ། པ་གཞིས་འཛིན་དགོས་པ། མེས་པོའི་ཆེད་
འདས་མཆོད་བྱ་དགོས་པ། དེ་བཞིན་དུ་པ་མས་ཀྱང་ཕུ་གུའི་ཆེད་ལག་ལེན་སྤར་དགོས་པ་ལ།
ངན་སྟོང་ལས་ཐོག་ཐབས་བྱ་དགོས་པ་དང་། བཟང་སྟོང་གི་མིག་དཔེ་སྟོན་པ། ཤེས་ཡོན་སྤང་
དགོས་པ། བཟའ་འཛོམ་ཟེན་བར་དུ་ལྟ་སྟོང་བྱ་དགོས་པ། པ་གཞིས་སོགས་རྒྱ་ཚོར་དུས་ཐོག་
དུ་རྒྱལ་མཐུན་ཅིས་སྟོང་བྱ་དགོས་ཤིང་། བྱས་ན་ཤར་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་པ་མ་དང་ཕུ་གུ་ནི་
བདེའི་ངང་དཀའ་ངལ་མེད་པར་འཁུར་རོ།

དེ་བཞིན་དགེ་ཆན་དང་སྟོབ་མའི་བྱ་དགོས་པ་ནི། དགེ་ཆན་གནས་ཁང་སོགས་སུ་
ཐེབས་སྐབས་རྒྱལ་བཞིན་ལངས་ནས་གུས་བཀུར་བྱ་དགོས་པ། དགེ་ཆན་གྱི་ཐུགས་འདོད་
ལྟར་ཅི་བཀུར་བྱ་དགོས་པ། དགེ་ཆན་གྱི་བཀའ་ལ་ཉན་འཛོག་བྱ་དགོས་པ། རྒྱུན་དུ་དགེ་ཆན་
མཆོད་པས་མཉེས་པར་བྱ་དགོས་པ། དགེ་ཆན་གྱི་བཀའ་གུས་ཞབས་ཀྱིས་ཐོག་ནས་ཉན་
དགོས་པ། དེ་བཞིན་དགེ་ཆན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་སྟོབ་མའི་མདུན་སར་རྒྱལ་མིན་བྱ་སྟོང་མི་བྱེད་
པ་དང་། བཟང་སྟོང་གི་མིག་དཔེར་ཡོང་བ་བྱ་དགོས་པ། དགེ་ཆན་རང་ཉིད་ཀྱིས་གང་སྤངས་
པ་དེ་ཉིད་སྟོབ་མ་ལ་སྟོབ་འཁྲིད་བྱ་དགོས་པ། སྟོབ་མ་ཚོ་ལ་མ་འོངས་པར་བཟང་སྟོང་དང་
བསྟོད་བཀུགས་དང་། གུས་བཀུར་སོགས་ཡོང་ཞུབ་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་ཁྱེ་ཤུག་གཉིས་ཀྱི་བྱ་
དགོས་པ་ནི། ཁྱེ་ག་རང་གི་ངོས་ནས་རྒྱུང་མར་གུས་བཅི་དང་ཡ་རབས་བྱ་དགོས་པ། ཐག་
གཅོད་ལའང་དབང་ཆ་སྤང་དགོས་པ། རྒྱུང་མའི་འདོད་མོས་དང་བཟུན་ནས་སྐབས་འགར་
རྒྱན་ཆ་སོགས་སྤང་དགོས་པ། དེ་དང་ཆབས་གཅིག་རྒྱུང་མའི་ངོས་ནས་ཀྱང་འགན་ཡོད་པའི་
ལས་ཀ་བྱ་དགོས་པ། རང་མའི་འདོད་པ་མཐུན་པར་ལས་དོན་སྤུབ་དགོས་པ། རང་གི་རྒྱ་ཚོར་
ལ་གཅེས་སྤྲོས་དང་འཛིན་སྟོང་བྱ་དགོས་པ། རང་གི་ལས་དོན་ཆགས་རྒྱུད་ཡོང་བའི་འབད་

བཙན་བྱ་དགོས་པ། ཟུབ་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་ཁྱོད་ཤུག་གཉིས་ཞི་བདེའི་ངང་དཀའ་ངལ་མེད་པར་འགྱུར་རོ།

བྱང་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་གྲོགས་པོ་ཚུན་གྱི་བྱ་དགོས་པ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲོགས་པོ་ཕ་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་མི་ལྷེང་བ་ཡོད་ཆེ་རོགས་པོ་ཚུན་བྱ་དགོས་པ། བྱམས་བརྩེའི་ཐོག་ནས་སྐད་ཆ་ཤོད་དགོས་པ། ཕ་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་ཕན་ཐོགས་ཀྱི་ལས་དོན་བརྩམས་དགོས་པ། དྲང་པོའི་ཐོག་ནས་པོ་ཚུན་བརྩེ་སྲུང་དགོས་པ་དང་། གྲོགས་པོ་ལོག་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་བའི་ཆེད་སྲུང་སྦྱབ་བྱ་དགོས་པ། གྲོགས་པོའི་རྒྱ་ཚུན་ཆུད་གཟེན་དུ་མི་འགྲོ་བར་བྱ་དགོས་པ། གྲོགས་པོར་དཀའ་སྤྱུག་འབྲད་ཆེ་དོ་ཁུར་ཐོག་ནས་ཉན་འཛེག་བྱ་དགོས་པ། དངོས་སུ་དཀའ་ངལ་བྱུང་བ་དང་དཀའ་ངལ་འབྱུང་གིན་སྐབས་དཔུང་པ་མཉམ་ཅུབ་བྱ་དགོས་པ། གྲོགས་པོའི་ནད་མིར་དགོས་མཁོ་བྱུང་ཆེ་རོགས་པོ་ཚུན་བྱ་དགོས་པ་རེད། དེ་འདྲ་བྱུང་ཆེ་བྱང་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་གྲོགས་པོ་ཚུན་ཞི་བདེའི་ངང་དཀའ་ངལ་མེད་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་བཞིན་དུ་ལོག་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་མྱེན་བདག་དང་གཡོག་པོས་བྱ་དགོས་པ་ལྟ་ནི། མྱེན་བདག་གི་དོས་ནས་གཡོག་པོའི་རུས་སྟོབས་དང་བསྐྱེད་ནས་བཀོལ་སྤྱོད་བྱ་དགོས་པ། ལྟོ་དང་གླ་ཕོགས་ཐོགས་རན་པར་སྤྱད་དགོས་པ། སྐབས་འགར་དགའ་སྟོན་ལ་མགྲོན་འབོད་བྱ་དགོས་པ། དུས་ཚོད་དང་རན་པར་ངལ་གསོའི་ཆེད་གྲུང་སེང་སྤྱད་དགོས་པ། གཡོག་པོའི་དོས་ནས་ཀྱང་བྱ་དགོས་པ་ནི། མྱེན་བདག་མ་ལང་གོང་དུ་ལང་དགོས་པ། མྱེན་བདག་ཉལ་ཆེས་རང་ཉིད་ཉལ་རྒྱ་དང་། རྟག་དུ་དྲང་བདེན་བྱ་དགོས་པ། རང་ཉིད་ཀྱི་ལས་ལ་འཛེན་ཐང་དགོས་པ། མྱེན་བདག་ལ་མིང་ཆེས་ངན་པ་མི་ཡོང་བར་བྱ་དགོས་པ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ལོག་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་མྱེན་བདག་དང་གཡོག་པོ་གཉིས་ཞི་བདེའི་ངང་དཀའ་ངལ་མེད་པར་གནས་པར་འགྱུར་རོ།

སྤྱང་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་ཆོས་ཤོད་མཁན་དང་ཆོས་ཉན་མཁན་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་དགོས་

དག་འདུན་པའི་ལས་ལུར།

པ་ནི། ཆོས་ཉམ་མཁན་གྱི་ངོས་ནས་སྒོ་གསུམ་གྲས་པའི་སྒོ་ནས་ཆོས་ཉམ་དགོས་པ་དང་།
ཆོས་ཤོད་མཁན་ལ་གྲས་ཞབས་དང་ལྟན་པའི་སྒོ་ནས་སྡེ་ལེན་བྱ་དགོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་
འབུལ་བ་སོགས་ཀྱང་འབུལ་དགོས་པ། ཆོས་ཤོད་མཁན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་སྤང་སྤང་ཚུལ་
བཞིན་དུ་བྱ་དགོས་པ། བསམ་པ་བཟང་པོ་དང་ཀུན་སྦྱོང་བཟང་པོའི་ཐོག་ནས་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་བ་
འཁྲིད་བྱ་དགོས་པ། གང་བཤད་རྒྱུའི་ཆོས་དེ་ཉམ་པ་པོར་གོ་དོན་ལེགས་པར་སྤྱོད་ཐུབ་དགོས་
པ། མི་དམངས་ཚོ་ཞི་བདེར་ལམ་འཁྲིད་བྱ་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟར་བྱུང་ཆེ་སྤོང་ཕྱོགས་སུ་
གནས་པའི་ཆོས་ཤོད་མཁན་དང་ཆོས་ཉམ་མཁན་གཉིས་ཞི་བདེའི་ངང་དཀའ་ངལ་མེད་པར་
གནས་པར་འགྱུར་རོ།

ཕྱོགས་དྲུག་པོ་དེ་དག་ལ་གྲས་ཤིང་བཀྲར་བའི་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གནོད་འཚེ་
དག་ལས་གྲོལ་བར་དམིགས་ནས་ཚུལ་དེ་དག་ལ་སྦྱོང་པར་མི་བྱ་ལ། འོན་ཅིང་ཕྱིར་བྱ་སྒྲམ་
ན། རང་གི་སེམས་རྒྱུད་ནང་གི་གདོན་འདྲེ་དེ་དག་གིས་མ་ཟེན་པར་དེ་དག་ལས་བྲལ་བའི་
ཆེད་དུ་འོ།

༢ སྤྱོད་པོ་རྣམས་ནས་རང་གིས་ངོ་ཤེས་པའི་སྤྱོད་པོ་དུ་མ་ཡོད་པ་ལས། གང་དག་དང་ལྟན་
འགྲོགས་བགྱི་རིགས་ཤིང་། གང་དག་དང་ལྟན་འགྲོགས་བགྱི་བར་མི་རིགས་པ་རྣམས་ངོ་
འཕྲོད་པ་ཞིག་དགོས།

དེ་ཡང་། གང་དག་དང་ལྟན་འགྲོགས་བགྱི་མི་རིགས་པ་རྣམས་ནི། སྤྱོད་པོ་འདོད་རྩམས་
ཅན། རོ་ཁ་སྤྱད་ལད་ཅན། སྒྲན་འཇམ་ཟོལ་སྤྱེད་མཁན་དག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་གཞན་
གང་དག་དང་མཉམ་འགྲོགས་བགྱི་འོས་པ་རྣམས་ནི། སྤྱོད་པོ་བྱམས་བརྩེ་དང་ཡན་སེམས་ཆེ་
ལ། རང་གོགས་དང་དགའ་སྦྱོར་མཉམ་བསྐྱེད་བྱེད་ཅིང་། རང་གི་གོགས་པོར་བཟང་བསྐྱབ་
བྱེད་པ་དེ་དག་གོ།

གང་དག་དང་དོགས་གཞོན་མི་དགོས་ཤིང་བདེ་ལྡན་གྱི་ངང་མཉམ་འགྲོགས་བྱ་འོས་པའི་
མཛེལ་གྲོགས་རྣམས་ནི། བདེན་པའི་ལས་ལ་ངང་གིས་འཇུག་ཅིང་། རང་གི་མཛེལ་གྲོགས་ཀྱི་
བདེན་དོན་ལ་ཆེར་སེམས་ཤིང་བརྩི་བ་དང་། དེ་དག་གི་ཉམ་ངའི་དུས་སུ་སེམས་གསོ་དང་།
དེ་དག་གི་གསང་བ་སྤྲུང་ཞིང་། རྒྱུན་དུ་བཟང་བསྐྱབ་བྱེད་པའི་སྒྲེལ་པོ་རྣམས་ཡིན་ནོ།

འོན་ཀྱང་། དེ་འདྲའི་གྲོགས་པོ་བཟང་པོ་ནི་ཆེས་རྩེད་པར་དགའ་བ་ཡིན་པས། རང་
ཉིད་འདི་ལྟ་བུའི་གྲོགས་པོ་ཞིག་དུ་འགྱུར་ཐབས་བྱ་དགོས་ལ། ཇི་ལྟར་ཉིན་བྱེད་དབང་པོས་
འབྲས་བུ་ཅན་གྱི་འཛིན་མར་དྲོད་སྟེར་བ་བཞིན། གྲོགས་པོ་བཟང་པོ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལ་
རབས་སྟོན་བཟང་གིས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་འོད་མདངས་འབྱིན་པར་བྱེད་དོ།

༢ བྱས་རང་གི་པ་མ་གཉིས་རང་གི་དཔུང་པ་གཡས་གཡོན་གཉིས་རེར་ལོ་སྟག་བརྒྱའི་
རིང་འཁུར་ཀྱང་། དེ་དག་གི་དྲིན་ལན་གསལ་བ་པར་མི་རུས་ཤིང་། པ་མ་གཉིས་པོར་བྲི་ངད་
འཕྱལ་བའི་བྱགས་པའི་ནད་དུ་ལོ་བརྒྱ་སྟག་གི་རིང་འཁུས་བྱས་ཤིང་། ཁྱི་བཤམས་ཏེ་འཛིག་
རྟེན་གྱི་ལོངས་སྟོད་ཡུམ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཆོད་ཀྱང་། དེ་དག་གི་དྲིན་གསལ་བ་པར་མི་
རུས་སོ།

འོན་ཀྱང་ཕྱག་ཁྱ་དེས་རང་གི་པ་མ་གཉིས་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བཀྲི་བ་སྟེ། དེ་དག་ལ་
དམ་ཚེས་བསྟན་ཅིང་། སྤང་སྤང་འཛོལ་མེད་དུ་བྱ་བར་བསྐྱལ་ཏེ། འཛིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཉོན་
ཐམས་ཅད་སྤང་དུ་བཅུག་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ལ་མཆོད་དུ་བཅུག་ན། དེ་དག་གི་དྲིན་ལན་
གསལ་བ་པ་ལས་ལྷག་པ་ཡིན།

༣ ཁྱིམ་ཚང་ཞེས་པ་ཡང་། གནས་ཁང་གང་ཞིག་དུ་སེམས་རྒྱུད་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་
གཉུགས་བྱ་བའི་གཞི་ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་སེམས་རྒྱུད་འདི་དག་ཕན་ཚུན་བུམས་བཅེར་ལྟ་སྟོང་

དག་འདུན་པའི་ལས་འཁུར།

བཞི་དུ་ཀ། བྱི་མ་ཚང་འདི་ཉིད་མེ་ཉོག་གི་ལྷ་མ་ར་བཞིན་མཛེས་སྤྱད་ཅན་དུ་འགྱུར་ལ། འོན་
ཀྱང་། གལ་ཏེ་སེམས་རྒྱ་དེ་དག་ཕན་ཚུན་བྱམས་པར་མ་གནས་པར་ཚིད་ཅིང་འཛོལ་བར་
བྱེད་ན། བྱི་མ་ཚང་འདི་ཉིད་སྤྱད་པའི་ལྷ་མ་ར་བསྟོར་བཞིག་བཞིད་པའི་རྩེད་འཚུབ་ལྟ་བུར་
འགྱུར་རོ།

འདི་ལྟ་བུའི་བྱི་མ་ཚང་གཅིག་ནང་ཚིད་རྟོག་འབྱུང་བའི་ཚོགས་ལ་མ་ཉེས་ཁ་གཡོགས་
མི་བྱ་བར་རང་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བརྟགས་ཏེ་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་འཁོད་པར་བྱའོ།

༥ དེ་ཡང་། རྩོན་སྡེ་བོ་དང་ཅན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕ་རྒྱུད་དུས་སྤྱུ་འདས་
གྲོངས་སྤྱུ་གྱུར་ཏེ། སྡེ་བོ་དེ་ཉིད་རང་གི་མ་དང་ལྷན་དུ་བདེ་བར་འཁོད་དོ། ཉིན་ཞིག་སྡེ་བོ་
དེར་གནའ་མ་ཞིག་ཀྱང་སྤངས་སོ།

མནའ་མ་སྤངས་ཤེས་དེ་དག་ཐོག་མར་མ་དང་ལྷན་དུ་བདེ་སྦྱིད་ངད་མཐུན་པར་གནས་
ཀྱང་། མམ་ཞིག་ན་མནའ་མ་དེ་དང་བཟའ་ལྷེ་འུ་མ་དེ་གཉིས་དབར་ཚིད་རྟོག་གཅིག་བྱུང་
སྟེ། དེ་གཉིས་ཅུང་ཟད་འབྲུབ་འབྲུག་རྟོག་དེ་ཉིད་དེ་སྤར་མ་འགྲིགས་པར་ཇེ་ཆེར་རྒྱས་ཏེ། ཡ་
མ་དེ་བཟའ་ལྷེ་གཉིས་པོ་དང་མོ་མོར་གནས་དགོས་བྱུང་།

དེ་ཤེས་བྱི་མ་ཚང་དེར་ལྷག་གུ་ཞིག་སྡེས་པ་ན། དངོས་འབྲེལ་དུ་བརྩོད་མིན་ཇི་ལྟར་
ཡང་། མནའ་མ་དེས། ང་ཡི་ཁྱོ་གའི་ཡ་མའི་ང་ལ་བརྟན་བཅོས་བཞིས་པ་ད་བར་གསེས་
བདེར་འཁོད་པ་མ་བྱུང་ཡང་། ཡ་མ་དེ་ཕྱིར་འབྱུང་ཤེས་དེ་ནི་འདི་ལྟ་བུའི་བགྲིས་པ་བྱུང་ངོ་།
ཞེས་བརྩོད་སྤྱད་ཀྱིས་དྲོག་གཏམ་ཡ་མ་དེས་ཐོས་སོ།

ཡ་མ་དེ་ཆེས་ཁྲོས་ནས་འདི་ལྟར། ཅི་སྟེ་ཁྱོ་གའི་ཡ་མ་ཕྱིར་འབྱུང་པས། བགྲིས་པའི་
མཚན་མ་འདི་ལྟར་བྱུང་ན། འདི་ནི་གིན་དུ་ཁྱད་མཚར་བ་ཡིན་ལ། དེས་ན་འཇིག་རྟེན་འདིར་
བདེན་པའི་གོ་ས་སྟེར་བ་ཡིན་དགོས་སོ་ཞེས་སྒྲུས།

དེ་ནས་ཨ་མ་དེས་སྐད་ཀྱགས་ཆེན་པོས། ད་ནི་དྲང་བདེན་གྱི་རྒྱལ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་
དེ། སྤོན་མ་ལྟ་བུའི་ངང་ཚུལ་དུ་ལྟར་ཏེ་དུར་ཁྲོད་དུ་རྩོམ་སྤྲོད་བྱེད་དུ་སྤོང་།

བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་གནས་ཚུལ་འདི་ཐོས་པ་ན། བྱད་མེད་དེའི་མདུན་དུ་བྱིན་ཏེ་རྒྱ་མཚན་གྱི་
ལས་ནས་འགྲིགས་ཐབས་བྱ་བར་བརྩམས་ཀྱང་འབྲས་བུ་མ་བྱུང་།

དེ་ནས་བརྒྱ་བྱིན་དེས་བྱད་མེད་དེར། དེ་འདྲ་ཡིན་ན། ང་ཡིས་ཤུག་གུ་དེ་དང་ཤུག་གུའི་
མ་གཉིས་གསོད་ཀྱིས། དེས་ཁྱེད་འཛིན་པར་འཇུར་རམ། ཞེས་དྲིས།

འདི་ཐོས་པ་ན། མ་ཎན་དེས་རང་གི་ཚེངས་པ་ཤེས་ཏེ། ཁོ་བ་བྱས་པར་བཟོད་གསོལ་
དང་། བརྒྱ་བྱིན་དེར་ཡང་ཤུག་གུ་དང་ཤུག་གུའི་མ་གཉིས་པོ་མི་གསོད་པར་བསྐུལ་མ་ཞུས།
དེ་དང་ཆབས་ཅིག་ཁོ་གུ་དེ་དང་རྒྱུང་མ་དེ་གཉིས་ཀྱང་མ་ཎན་དེར་དྲང་བདེན་མ་བྱས་པར་
ཤེས་ཏེ། དུར་ཁྲོད་སར་མ་ཎན་བསུ་བར་བསྐྱོད་པས། བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་ནང་འགྲིག་བྱས་ཏེ་སྤྲར་
ཡང་ཁྱིམ་ཚང་བཟང་པོ་ཞིག་དུ་ལྟར་ཏོ།

རང་ཅག་གིས་བརྩོམ་མེད་རྟོག་རྩལ་བྱས་ན་མ་གཏོགས་དྲང་བདེན་ལ་ནམ་ཡང་ཕམ་ཉེས་
མི་སྲིད་ལ། རེས་འགར་བདེན་པར་གནད་དོན་མེད་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་། བདེན་པ་ནི་ནམ་ཡང་
རྒྱག་སྟོར་དུ་མི་འགྲོ་བ་མ་ཟད། བདེན་པའི་གོ་ས་རྒྱག་སྟོར་དུ་སོང་བར་སྤང་བ་དེ་ཡང་།
དངོས་འབྲེལ་དུ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་དྲང་བདེན་དུ་གནས་མ་བྱུང་པས་ཡིན་ནོ།

སྒྲོ་མ་ཐུན་མ་བྱུང་བས་གོད་ཆག་ཆེན་པོ་ཡང་ཡང་བྱུང་ལ། ཚེད་རྟོག་དང་གོ་ལོག་རྒྱུང་
དུས་བྱུང་ཉེས་ཆེན་པོ་ཡང་རྗེས་སུ་འདྲེན་པ་ཡོད་ཅིང་འདི་རིགས་ཁྱིམ་ཚང་ནང་མང་དུ་ཡོང་
བས་བག་ག་ཐོན་བྱུངོ།

༦ ཁྱིམ་ཚང་ནང་རྒྱུད་དུ་འགྲོ་བྱོན་གཏོང་ཕྱོགས་ཐད་ཤིན་དུ་ནས་གཟབ་དགོས་པ་མ་
ཟད། ནང་མི་ཐམས་ཅད་ནས་ཤུག་ཁུར་ཆེ་བསྐྱེད་ཀྱིས་འབུ་གྲོག་མ་ལྟ་བུའི་གདུང་སེམས་

དགེའདུན་པའི་ལས་ལུས།

མཉམ་བསྐྱེད་བྱ་དགོས་ཤིང་། སྤྱ་ཡང་གཞན་གྱི་ཅལ་ཚུལ་དང་ལྷན་རྒྱུན་རྒྱས་ལ་བརྟེན་ཏེ་འཆོ་བར་
མི་བྱུང་།

གཞན་ཡང་། སྤྱེ་བོ་ཞིག་གིས་ཇི་ཅམ་འབད་སྤྱབ་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་གཅིག་
ཕུས་བདོག་པར་མི་ལྟ་ཞིང་། ཆ་གཅིག་གཞན་དང་མཉམ་སྦྱོད་བཟྱ་བ་དང་། ཆ་གཅིག་
གནས་དུས་ཇོ་དྲག་དང་ཉག་འཕྲང་གི་ཆེད་དུ་དམིགས་ཏེ་གསོག་འཛོག་དང་། འགའ་ཞིག་
ཆོགས་པ་དང་མི་མང་གི་དགོས་མཁོ་བསྐྱང་བའི་ཆེད་དུ་དང་། འགའ་ཞིག་རང་གི་སྒྲུ་མ་
དཔོན་པོར་དབུལ་བའི་ཆེད་དུ་འང་བྱར་འཛོག་བྱ་དགོས་སོ།

དེ་ཡང་། འཇིག་རྟེན་འདིར་དངོས་རྒྱས་གཅིག་ལའང་། འདི་ང་ཡི་ཡིན་ཞེས་སྒྲུ་མ་དུ་
རུང་བ་མེད་དེ། ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལས་བྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་རང་གི་ལག་དུ་དུས་
ལུན་བྱུང་དུ་ལས་མི་གནས་པ་དྲན་པར་བྱ་དགོས་པས། དེས་ན་གང་ཡང་རང་དོན་ཁོ་ན་ལས།
དོན་མེད་བེད་སྤྱོད་མི་བྱུང་།

ལ སྔོན་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཏ་ཡ་ནའི་བཙུན་མོ་ག་མ་ཟ་ཏེ་ཞེས་པས་སྔོན་པའི་རྗེས་འཇུག་ཀྱང་
དགའ་བོར་གོས་རིགས་མི་འདྲ་བ་ལྟ་བུ་ཐམས་པ་ལྟལ་བ་ན། ཀྱང་དགའ་བོས་དབྱེས་བཞིན་
དུ་བཞེས།

འདི་ཉིད་རྒྱལ་པོས་གསལ་པ་ན། ཀྱང་དགའ་བོས་འདོད་རྒྱུས་སམ། རྒྱུད་མི་དྲང་བ་
བྱ་བར་དྲོགས་ཏེ། གོས་འདི་དག་གིས་ཅི་བྱ་བར་འདོད་ཅེས་དྲིས་པ་ན། ཀྱང་དགའ་བོས།

རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞེས་བོས་ཏེ། སྤྱེ་བོ་དུ་མ་ཞིག་གོས་རྩབ་ལྟལ་འབའ་ཞིག་ལ་སྦྱོད་ནས་
འདུག་པས་འདི་དག་ལ་བཀྲམ་པར་བྱུང་། ཞེས་ལན་དུ་གསུངས།

གོས་རྩིང་པ་དག་ལས་ཅི་བྱ་ཞེས་དྲིས་པར། དེ་དག་ལས་ཉལ་ཁེབས་བཟོ་བར་བྱུང་
ཞེས་ལན་བདུག། ཉལ་ཁེབས་རྩིང་པ་དག་ལས་ཅི་བྱ་ཞེས་དྲིས་པར། དེ་དག་ལས་སྤྲས་

ཁེབས་བཟོ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཡན་བདུབ། སྤུས་ཁེབས་རྫིང་པ་དག་ལས་ཅི་བྱ་ཞེས་དྲིས་པར། དེ་
 དག་ལས་ཞ་ཁེབས་བཟོ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཡན་བདུབ་པོ། ཞ་ཁེབས་རྫིང་པ་དག་ལས་ཅི་བྱ་ཞེས་
 དྲིས་པར། དེ་དག་ཀང་ཕྱིས་སུ་བེད་སྤྱོད་བྱའོ་ཞེས་ཡན་བདུབ། ཀང་ཕྱིས་རྫིང་པ་དག་ལས་ཅི་
 བྱ་ཞེས་དྲིས་པར། དེ་དག་ཞ་ཕྱིས་སུ་བེད་སྤྱོད་པར་བྱའོ་ཞེས་ཡན་བདུབ། ཞ་ཕྱིས་རྫིང་པ་
 དག་ལས་ཅི་བྱ་ཞེས་དྲིས་པར། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། འདི་དག་རྒྱལ་པོར་བགྱིས་ཏེ་འདས་དང་
 མཉམ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཁང་པའི་ཀྱང་ལོགས་སུ་སྦྱོར་བྱག་ལ་བེད་སྤྱོད་བྱའོ་ཞེས་བཀའ་ཡན་སྤྲུལ།
 ང་ཚོར་ཡོད་པའི་དངོས་ཀྱིས་རེ་རེ་ནས་བག་ཡོད་ངང་དོན་ལྡན་ཞིག་ལ་བེད་སྤྱོད་བྱ་
 དགོས་ཏེ། ང་ཚོར་དངོས་འབྱེལ་དུ་བདོག་པའི་དངོས་པོ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། གནས་སྐབས་
 ཅམ་གྱི་རིང་ང་ཚོར་བཅོལ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

༤ མ་ཟད་བཟའ་ལྷ་གཉིས་དབར་གྱི་མཇའ་འབྱེལ་ནི། དེ་དག་གི་བདེ་སྦྱིད་ཅམ་གྱི་ཆེད་
 དུ་གྲུབ་པ་ཞིག་མིན་ཞིང་། མཇའ་འབྱེལ་དེས་ནི་ཁྱིམ་ཁང་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཕྱི་ལྷན་པོ་གཉིས་
 འདུས་ཅམ་ཞིག་མཚོན་པ་མིན་པས། བཟའ་ལྷ་གཉིས་ནས་མཇའ་འབྱེལ་དེའི་གོ་སྐབས་
 སྤྱངས་ཏེ་ཡན་ཚུན་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་སློ་སྦྱོང་བར་ཡང་བྱ་དགོས།

དེ་ཡང་ཐོན་ཁྱིམ་བཟུང་བཟུང་པོ་ཞིག་གི་བཟའ་ལྷ་གཉིས་པོ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སར་
 ཕྱིན་ཏེ་སྤྱོད་པ། བཅོམ་ལྡན་འདས་བདག་ཅག་གཉིས་བྱིས་པའི་དུས་ནས་མཐུན་འབྱེལ་དམ་
 ཟབ་ཆེས། ཁྱིམ་བཟུང་སྟེ་ལྷན་དུ་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ད་བར་བདེ་སྦྱིད་
 འབད་ཞིག་ལས་ཐུག་བཅུལ་ཏིལ་འབྱ་ཅམ་ཡང་མ་བྱུང་བས། ཅི་ངེད་གཉིས་སྤྱར་ཡང་སྟེ་བ་
 ཕྱི་མར་འདི་ལྟའི་བཟའ་ལྷ་བྱས་ཏེ་གནས་སྤྱོད་དམ། ཞེས་བཀའ་འདི་བྱས་པར། བཅོམ་ལྡན་
 འདས་ཀྱིས། ཅི་སྟེ་ཁྱེད་གཉིས་དང་པའི་སྟོབས་ཤེད་མཉམ་པར་བསྐྱེད་ཅིང་། དམ་ཚོས་ཀྱང་
 མཉམ་པར་སོན་ལ། སྤྱིན་པའི་ཉམས་ལེན་དང་ཤེས་རབ་མཉམ་པར་བསྐྱེད་ན། སྟེ་བ་ཕྱི་མར་

དག་འདུན་པའི་ལས་ལུས།

ཡང་རང་རྒྱུ་མཉམ་ཞིང་ཆ་འདྲ་བར་འབྱུང་ངོ་། ཞེས་བཀའ་སྩལ་དོ།

༩ རྫོགས་བྱང་གི་ལམ་སྐབ་པར་པོ་མོའི་བྱང་པར་མེད་ཅིང་། བྱང་མེད་ཞིག་གིས་འབད་
ཅོལ་གྱིས་བསྐྱབས་ན། ལམ་འགྲུབ་པར་འཁྱར་ལ། དེ་ཡང་། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་
གྱི་སྤྲུལ་མོ་མ་ལོ་ཀ་ལ་ཡོད་ཀྱི་ཡའི་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོར་བསུས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཉིད་སངས་
རྒྱལ་གྱི་གསུང་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་དད་པ་ཆེ་བས། བཅོམ་ཐུན་འདས་ཀྱི་སྐྱེ་མདུན་དུ་གཤམ་
གསལ་གྱི་དམ་བཅའ་བཅུ་ཡུལ།

བདག་ཅག་གི་སྦྱོན་པ་ཞེས་ཅེ་གཅིག་དུ་གསོལ་འདེབས་གྱིས་བསྐྱལ་དེ་འདི་ལྟར། ཁོ་མོ་
རྫོགས་བྱང་གི་སར་མ་རེག་གྱི་བར་དུ་དམ་ཚིག་སྦྱོར་པ་དག་ལས་མི་འགལ་བར་བྱ་ཞིང་། རང་
ལས་ཀླན་གས་དག་ལ་གུས་པས་བཀྱར་བར་བྱ་ཡི། དེ་དག་གི་མདུན་སར་རྒྱལ་མི་བྱ་ལ།
སྤུལ་འང་ཁོང་ཁོ་བར་མི་བྱའོ།

ཁོ་མོ་གཞན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ལ་ཕྲག་དོག་མི་བྱ་ཞིང་། རང་གི་བདོག་པ་དང་སེམས་
རྒྱུད་གཉིས་ཀའི་ཐད་ནས་རང་ཤེད་མི་བྱ་བར། རང་ལ་གང་སོན་པ་ཐམས་ཅད་སྤེད་གསོག་མི་
བྱེད་པར་སྦྱེ་བོ་དབུལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་གཏང་བར་བྱའོ།

གཞན་སྦྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་གུས་བཙུང་བསྐྱེད་ཞིང་། དེ་དག་གི་མཁོ་བ་སྦྱིན་པ་དང་། དེ་
དག་ལ་སྦྲུང་པའི་ཚིག་གིས་སྦྲུལ། རང་བདེ་ལ་མི་ལྟ་ཞིང་། དེ་དག་གི་བདེ་སྦྱིད་འཛོལ་ཞིང་།
ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་ཕན་གདགས་པར་བྱའོ།

གང་དག་གོགས་མེད་གཅིག་ཕུར་གནས་པའམ། བཅོམ་ཁང་ངམ། ཉན་གྱི་ཟུག་རྩས་
གཅེས་པའམ། གཤམ་སྐྱག་གཞན་གྱིས་གཟེར་བར་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་རྒྱ་མཚན་དང་དམ་
ཚོས་ཀྱི་ཚོས་ཉིད་བསྐྱར་དེ། དེ་དག་ལས་གྲོལ་བའི་བདེ་བ་ལ་དགོད་པར་བྱའོ།

སྦྱ་བོ་གང་དག་གིས་སེམས་ཅན་གཞན་འཛིན་བཟུང་གིས་གཞོད་འཛིན་བྱེད་པའམ། རང་

གི་དམ་ཚིག་ལ་བརྟེན་བཞག་བྱེད་པ་རིག་ཆེ། ཉེས་ཆད་ཀྱིས་བརྒྱུ་པར་འོས་པ་རྣམས་ལ་
ཉེས་ཆད་དང་དེ་བཞིན་བསྐྱབ་བྱུང་འོས་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་རང་གིས་
འཕྱོན་ཀྱས་དང་བསྐྱར་ཏེ་དེ་དག་གི་ཉེས་སྤོང་ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་བཟོས་པར་བྱའོ།

དམ་ཚིས་ཟབ་མེད་ཐོས་བསམ་འདོར་བར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་མིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་
ཁྱབ་པའི་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་འཇལ་བར་མི་རུས་ཤིང་། རྒྱུགས་པའི་བྱང་རྒྱ་བྱི་པ་རོལ་
དུའང་མོན་པར་མི་རུས་སོ།

དེ་རྗེས། སྟེ་བོ་དབུལ་ཞིང་ཤོངས་པ་རྣམས་སྟོབ་པའི་ཆེད་དུ་གཤམ་གསལ་གྱི་འདོད་པ་
གསུམ་བཅོད་དོ། དང་པོ། ཐམས་ཅད་ཞི་བར་འཁོད་པའི་ཆེད་དུ་བདག་གིས་འབད་ཚྭ་བྱ་
བར་ལྟར་ཅིག འདོད་པ་འདི་ཉིད་བདག་གི་སྟེ་བ་ཕྱི་མ་ཐམས་ཅད་དུའང་དགའ་བདེའི་གཞི་
ཅར་ལྟར་ཏེ། དམ་ཚིས་ཟབ་མོ་རྣམས་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོར་སྟེ་བར་ལྟར་ཅིག

གཉིས་པ། དམ་ཚིས་ཟབ་མོ་རྣམས་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་རྗེས་སྤང་ལ་བ་མེད་པར་
ཐམས་ཅད་ལ་ཚིས་སྟོན་པར་ལྟར་ཅིག

གསུམ་པ། བདག་གིས་ལུས་སྟོག་ལོངས་སྟོང་ལ་ལྟོས་མེད་ཀྱིས་དམ་ཚིས་སྤང་བར་ལྟར་
ཅིག

ཁྱིམ་བཟུང་གི་དགེ་མཚན་ཡང་བཟའ་རྒྱ་བྱ་ལྷག་པམ་རྩལ་དབར་འབྲེད་བསྐྱལ་གྱིས་
པམ་རྩལ་ལམ་ལ་འཁོད་པའི་རྒྱ་གྲོགས་སུ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། བྱད་མེད་ཇི་ལྟར་མ་ལི་ཀ་དང་
འདྲ་བའི་རྒྱུགས་བྱང་འཕྲོལ་འདོད་བཅོས་མིན་གྱི་སྟོང་ལྡན་ཞིང་། དམ་ཚིག་དང་ཐོས་པ་དེ་
དག་དང་ལྡན་ན། མ་ལི་ཀ་དང་འདྲ་བར་བཅོས་ལྡན་འདས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཡང་དག་པ་ཞིག་དུ་
འགྱུར་བར་གོར་མ་ཆག་གོ།

ལེའུག་ཉིས་པ།

སངས་རྒྱུ་ཁྱིའི་སྤངས་པའི་ཚུལ།

༡༡

མཐུན་པར་གནས་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ།

༡ དེ་ཡང་། དཔེར་མཚོན་ན། ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་སྤྱན་ནག་གིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ནས་
ཡོད་པའི་བྱེ་ཐང་ཞིག་གི་ནང་སྤྱོད་ཆགས་དུ་མ་གནས་ནས་ཡོད་ལ། དེ་དག་རང་བཞིན་གྱི་
འཇིགས་ཤིང་། ཡན་ཚུན་མི་མཐོང་བས། མཚན་མོ་སྤྱན་ནག་དེའི་ནང་མི་བདེ་བ་དུ་མས་
གཟེར་ཏེ་གནས་པ་ནི་ཡང་བའི་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནས་སྒོ་བྱར་དུ་སྐྱེ་བོ་ཞིག་གིས་སྒྲོན་མེ་
ཐོགས་ཏེ་སྤང་བ་འབྱིན་པའི་ཚེ། དེ་དག་ཡན་ཚུན་རིག་པར་འཕྱར་བས། སྤྱན་ནག་དེའི་ནང་
གནས་པའི་སྤྱོད་ཆགས་དག་དགའ་བདེས་ཟེན་པར་འཕྱར་བས། ཡན་ཚུན་ངོ་འཕྲོད་པ་དང་།
ཟླ་གྲོགས་དག་དང་ཡང་འཕྲད་དེ་སྒོ་བ་བསྐྱེད་པར་འཕྱར་རོ།

དེ་འདྲ་བའི་བྱེ་ཐང་གི་ཡུལ་དེས་ནི་མོངས་པ་སྤྱན་ནག་གི་ནང་དུ་ཚུད་པའི་འགོ་བ་མིའི་
རིགས་ཀྱི་སྒོད་འཇམ་གླིང་འདི་མཚོན་ལ། སྐྱེ་བོ་གང་དག་གི་རྒྱུད་ལ་སྒོ་གོས་ཀྱི་སྤང་བ་མེད་པ་
དག་ནི་གོགས་མེད་གཅིག་ལུས་འཇིགས་དངངས་ཀྱི་ངང་ཡན་ཚུན་དུ་འཕུན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་
གཅིག་ལུས་སྐྱེ་བ་དང་། འཆི་བར་འཕྱར་ཞིང་། རང་གི་རོགས་རྒྱམས་དང་ཞི་བའི་ངང་ལྷན་དུ་
གནས་མི་ཤེས་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ལྟོས་བཅས་ཡིན་པ་དང་། འཇིགས་དངངས་སྐྱེན་པོ་
ཞིག་ཡིན་ནོ།

སྒྲོན་མེ་ཐོགས་པའི་སྐྱེ་བོ་དེ་ནི་མིའི་རྣམ་པར་རོལ་བའི་སངས་རྒྱུས་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གི་
ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཆེན་པ་དང་བརྩེ་བས་འཇིག་རྟེན་སྤང་བ་བཀྲེ་ལ། སྤང་བ་དེའི་འོག་དུ་སྐྱེ་བོ་
རྣམས་ཡན་ཚུན་མཇེའ་འབྲེལ་གྱི་བར་ཟམ་བཟོས་ཏེ་དགའ་བདེར་འཛོམས།

སྤྱི་པོ་སྤྲོང་པུག་མང་པོ་སྤྱི་ཚོགས་གཅིག་ནང་གནས་ཀྱང་། ཡན་ཚུན་མི་ཤེས་ཤིང་ཡན་
ཚུན་ལ་བརྟེ་སེམས་མ་འཆང་ན། དེ་དག་གི་དབར་བཅོས་མིན་གྱི་མཇེའ་འབྲེལ་གྱི་གནས་མེད་
ཅིང་། སྤྱི་ཚོགས་གང་ཞིག་དུ་སྤྱི་པོ་རྣམས་ཡན་ཚུན་ཤེས་ཤིང་། ཡན་ཚུན་ཡིད་ཆེས་འཕེར་བ་
དེ་ནི། དྲང་བ་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྲང་བས་ཁྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་ཅིང་། སྤྱི་ཚོགས་བཟང་པོ་ཞིག་གི་
ནང་སྤྱི་ཚོགས་དེར་བདེ་བས་སྤྲང་བ་འབྱེན་པ་པོ་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དོ།

དངོས་འབྲེལ་དུ་འང་། མཇེའ་མཐུན་ཉིད་སྤྱི་ཚོགས་སམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ལ་གནས་པའི་
དགོས་པ་ཆང་བ་ཡིན་ནོ།

༢ ཚོགས་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ཡོད་དེ། དང་པོ། སོ་སའི་དབུ་ཁྲིད་ཀྱི་སྐྱེད་བང་ངམ།
དཔལ་འབྱེར་ངམ། དབང་ཐང་གི་གཞི་མར་ཚུགས་པའི་ཚོགས་པའི་རིགས་གཅིག་དང་།

གཉིས་པར། ཚོགས་མི་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཁེ་ཡན་ཞིག་ལ་བཞུགས་ནས་ཚུགས་
པ་དག་ཡིན་ཞིང་། དེའི་རིགས་ནི་དམིགས་བཀར་གྱི་མཁེ་ཡན་དེ་མ་གྲུབ་ཀྱི་བར་དུ་གནས་ཀྱི།
བདེ་དོན་དེ་གྲུབ་པའི་རྗེས་སུ་དེའི་དགོས་མཁོ་མེད་པ་དག་ཡིན་པ་དང་།

གསུམ་པར། གང་དག་བཟུན་པའམ་སློབ་སྟོན་བཟང་པོས་གཞི་རྩེན་བྱེད་ཅིང་། སྤྱི་
ཚོགས་ནང་དངོས་འབྲེལ་གྱི་མཇེའ་མཐུན་བསྐྱབ་པའི་དམིགས་ལུལ་ཅན་གྱི་རིགས་རྣམས་
ཡིན་ལ།

ཚོགས་པའི་རིགས་གསུམ་པོ་དེ་ལས། ཐ་མ་དེ་ཉིད་དངོས་འབྲེལ་གྱི་བཅོས་མ་མིན་པའི་
ཚོགས་པ་ཡིན་དེ། དེའི་ཚོགས་མི་རྣམས་ཡན་ཚུན་ལྟ་བུ་དང་སློ་མཐུན་པོ་གཅིག་དུ་གནས་
ཤིང་། སློ་མཐུན་དེ་དག་ལས་ཆིག་བསྐྱེལ་དང་། རྒྱགས་མཐུན་པའི་ལེགས་སྤྱོད་གོང་འཕེལ་དུ་
འགྲོ་ལ། ཚོགས་པ་འདི་རིགས་ལས། མཇེའ་མཐུན་དང་། འདོད་པ་རྗེས་པ་དང་། བདེ་
སྤྱོད་ཅེས་ཀྱང་འབྱུང་ངོ་།

མངས་ཀྱི་ཁོང་མཐུངས་པའི་ཚུལ།

སྐུ་མེད་རྫོགས་བྱང་ནི། གངས་ཡི་ཕྱོལ་ཏུ་འབབ་པའི་ཆར་རྒྱ་དང་འདྲ་སྟེ། གང་
དག་ཡི་ཤོད་དཀ་ལས་ཐོག་མར་རྒྱ་རྒྱལ་གྱི་རྩལ་དུ་རྒྱགས་ཤིང་། དེ་ནས་གང་མཚམས་
རྒྱས་པའི་རྩལ་དང་། དེ་ནས་རྒྱགས་རྒྱུ་འཛུལ་དུ་འབབ་ཅིང་། མཐར་མཐའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་
འབབ་པོ།

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆར་པ་ནི་སྤྱེ་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བར་འབབ་ཏེ། དེ་
ལྟར་ཁས་ཆེ་བའི་སྤྱེ་རྒྱ་མས་ཐོག་མར་ལྷེ་ཆར་རྒྱུད་དུ་འཛུལ་དུ་འཛོམས་ཤིང་། དེ་ནས་
ཆོགས་པའི་རྣམ་པ་དང་། དེ་ནས་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་ལྷུར་ཏེ་མཐར་ཐོགས་བྱང་གི་རྒྱ་མཚོ་
ཆེན་པོར་རོལ་ལོ།

དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་སྤྱི་ལོ་འདི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་སྒྱུད་ཐོག་མར་འོ་ཁུ་ལྟར་ཡན་ཚུན་འདེས་
ཤིང་། མཐར་ཐུགས་མཐུན་དམ་ཚིག་གིས་གཅིག་ཏུ་བཅིངས་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་སྤེར་རོལ་ལོ།

དེས་ན་ཡང་དག་པའི་གདམས་ངག་ནི། ཚུལ་དང་ཐུན་ཞིང་ཚགས་ཚུད་ཅན་གྱི་ཚོགས་
པ་ཞིག་ལ་གཞི་ཚུད་དགོས་གནད་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཅོད་ཟིན་པ་བཞིན།
གདམས་ངག་འདི་ནིད། གླེ་བོ་ཕན་ཚུན་ཤེས་རྟོགས་ཡོང་བ་དང་། འཁྱིགས་ཐབས་ཡོང་བ་
དང་། ཕན་ཚུན་དབར་བསམ་སྒྲུའི་ཁྱེད་ལོ་རྒྱུབ་རིགས་རྣམས་ཞི་འཇམ་དུ་གཏོང་བའི་འོད་
ཟེར་ཀྱང་ཡིན་ལ། རྒྱ་མཚན་དེས་ན། སངས་རྒྱལ་གྱི་གདམས་ངག་ཟབ་མོའི་གཞི་ལྷན་དུ་
ཚགས་པའི་ཚོགས་པ་འདི་རིགས་ལ་དགའ་འདུན་གྱི་སྡེ་ཞེས་མིང་གིས་ཀྱང་བསྟུང་དོ།

དགོ་འདུན་དེ་དག་ནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་པར་གཅེས་སྤོང་གིས། རང་སེམས་ཚུལ་
མཐུན་དུ་སྤང་དགོས་པས། སྤང་ཆོད་དུ་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་སྤྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཐེ་ཚོགས་
དེར་ཐུད་པར་སྤང་ཡང་། དངོས་ཆོད་དུ་ཆོས་ལྷགས་ལ་དད་མོས་མཐུན་པའི་སྤྱེ་བོ་འབའ་ཞིག་
ཆོགས་མི་འགས་སོ།

༣ སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུ་ལུག་དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ་འདི་ཉིད་ཀྱང་ཚོགས་མིའི་སྒོ་ནས་གཉིས་
 སུ་ཕྱེ་ཕྱེ། གང་དག་ཐེ་ཚོགས་གྱི་ཚོགས་མི་སྒྲེ་པོ་རྣམས་ལ་ཚོས་སྟོན་པ་རྣམས་དང་། གང་དག་
 གིས་ཚོས་སྟོན་པ་པོ་དེ་དག་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བཞིན་པ་བཅས་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་ཐུན་
 མོང་ནས་བསྟན་པའི་འཛིན་སྟོང་སྟེལ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་གོ།

དེ་ན། དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ་འདི་ཉིད་ཆ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པར་ཚོགས་མི་རྣམས་ཀྱི་དབར་
 མཇའ་མཐུན་མིང་དོན་མཚུངས་པ་ཞིག་དགོས་པ་སྟེ། ཚོས་སྟོན་པ་པོ་རྣམས་ནས་ཚུལ་མཐུན་
 དུ་སྒྲོབ་སྟོན་དང་། ཚོགས་མི་རྣམས་ནས་ཚོས་སྟོན་པ་པོར་གྲས་བཀྱར་བྱེད་ཅིང་། ཚོགས་མི་
 ཐམས་ཅད་ནས་པན་ཚུན་མཇའ་མཐུན་བརྩེ་སེམས་ཀྱི་འབྲེལ་བས་མཐུན་པར་གནས་ཤིང་།
 ཐམས་ཅད་སྒྲོ་མཐུན་གཅིག་ཁྱུར་དུ་གནས་དགོས་སོ།

༤ དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ་ཚོགས་ཤིག་མཇའ་མཐུན་དུ་བཀྱི་བའི་གནས་དུག་ཡོད་དེ། ཐོག་
 མར། དྲང་བདེན་གྱི་ངག་ གཉིས་པར། དྲང་བདེན་དང་དྲིན་གྱིས་ཟེན་པའི་ལས་སྦྱོང་།
 གསུམ་པར། དྲང་བདེན་དང་བྱམས་བརྩེས་ཟེན་པའི་ཡིད། བཞི་པར། སྤྱི་རྒྱས་སྟོམས་པར་
 བསྟོགས་པ། རྩ་པར། ཡང་དག་པའི་བསྟན་པ་གཅིག་ལ་འཇུག་པ། དུག་པར། ཡང་དག་
 པའི་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་མཉམ་པར་གནས་པ་བཅས་ལགས་ཤིང་།

དུག་པོ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་། དུག་པའམ། ལྷ་བ་མཐུན་པར་གནས་པ། འདི་ཉིད་
 སྟོང་པོ་དང་། གཞན་ལྷ་པོ་སྟོང་པོ་དེ་ཉིད་ཀླུ་བས་པའི་གོས་ལྷར་ལགས་སོ།

དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ་འདི་ཉིད་ཚོགས་ཚུད་ཡོངས་ཐབས་སུ་ཞུགས་ཀྱི་འཕེལ་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་
 གཉིས་ཡོད་ཅིང་། རིམ་པ་ལྟར།

དང་པོ་ནི། ཚོགས་མི་ཐམས་ཅད་ཡང་ཡང་འདུ་ཚོགས་ཀྱིས་བསྟན་པར་གསན་བསམ་
 བཤོ་སྟེང་བྱ་དགོས།

སངས་རྒྱུ་ཞིང་སྤངས་པའི་ཚུལ།

གཉིས་པར། ཚོགས་མི་རྣམས་ཡན་ཚུན་ལམ་ཡངས་པོར་འབྲེལ་གདུགས་ཀྱིས་གྲས་
བཙེ་ཉུང་གོས།

གསུམ་པར། ཚང་མས་བསྐྱར་པ་ལ་གོང་དུ་བཀྱར་ཞིང་ནང་ཁྲིམས་ལ་བཙེ་སྤང་གིས་
དགོས་མེད་བསྐྱར་བཅོས་རིགས་མི་བྱ་ལ།

བཞི་པར། ཚོགས་མི་ཆེན་གཞིན་རྣམས་ནས་ཡན་ཚུན་དང་འདྲོད་ཆེན་པོས་བཙེ་སྤང་
བྱ་དགོས་པ་དང་།

ལྔ་པར། དྲང་བདེན་དང་གུས་བཙེས་རང་རྒྱུད་གདམས་པར་བྱེད་དགོས།

དྲུག་པར། གནས་དབུལ་པ་བསྐྱེད་ཏེ་རང་རྒྱུད་དག་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་གཞན་ལ་འང་
གནས་དེ་རིགས་ལ་སྦྱར་དགོས།

བདུན་པར། སྤྱོད་ཐམས་ཅད་བྱམས་བཙེས་སྤྱོད་ཞིང་ནད་ཀྱིས་མཛར་བ་རྣམས་ལ་
དྲིན་ཀྱིས་བསྐྱང་བ་དང་བཅས་ལས་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་འདིར་འཇུག་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་ཐེ་དག་
རྣམ་ལང་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ།

ལས་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་གཉིས་པ་དེ་ཡང་ནང་གསེས་ཀྱི་བང་རིམ་བཞིན་ཚོགས་མི་ངོ་རེ་
ནས། (༡) རང་རྒྱུད་དག་པར་སྤང་ལ་འདྲོད་པར་གྲགས་ཆེར་མ་བསྐྱེད་པ་དགོས། (༢)
རང་མཁེ་དོར་ཏེ་ནང་ཁྲུལ་མཛེའ་མཐུན་ལ་འབད་དགོས། (༣) བཟོད་པ་བསྐྱེད་ཞིང་ཚོད་
པར་མི་བྱ། (༤) མང་པོར་མི་སྤྱོད་བཟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་དགོས། (༥) ཁྲིམས་
བཅད་དག་ལ་བཙེ་སྤང་གིས་ཁྲིམས་བཞུལ་བཟར་བཞིག་རིགས་མི་བྱ། (༦) རང་མེམས་
སྦྲོམས་པར་འཇོག་ལ་གཞན་གྱི་བསྐྱར་པར་མི་འཇུག་པ་ཞིག་དགོས་ཤིང་། (༧) མཐའ་དོན་
རང་གི་བདོག་པ་རྣམས་ལ་བདག་གཅེས་སྤྱོད་པ་ལོ་ལོ་སྤྱོད་གང་ལེགས་གཏོང་དགོས་པ་བཅས་
ལས་ཚུལ་འདི་རིགས་ལ་གནས་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་ཐེ་དེ་ཉིད་ཉམས་མེད་རྒྱུན་དུ་གནས་པར་
འགྱུར་རོ།

༥ ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཅོད་ཟིན་པ་བཞིན། དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ་ཞིག་གི་ནང་མིང་དོན་མཛུངས་པའི་མཛེལ་མཐུན་གྱི་རྒྱུ་སྤྲོད་དགོས་ཤིང་། ནང་ཁྱལ་མཛེལ་མཐུན་གྱིས་དབུལ་བའི་ཐེ་ཞིག་ལ་དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ་ཞེས་བརྟན་པར་མི་བྱ་ལ། ཚོགས་མི་ངོ་རེ་ནས་ཀྱང་ཅི་བྱེད་ཀྱིས་ཚོགས་པའི་ནང་འཁྲུག་སྤོང་དབྱེད་ཀྱི་ཐེ་ཞེས་བརྟན་པར་འབད་དགོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་རྒྱུ་དེ་རིགས་བྱང་ཆོག་ལ་ཐུན་ཞི་འགྲིགས་ཡོང་ཆེད་འབད་དགོས་ཏེ། འཁྲུག་རྒྱུ་འདི་རིགས་ཀྱིས་རིམ་གྱིས་ཚོགས་པ་ཉམས་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་དོ།

ཇི་ལྟར་ཁྲག་གིས་སྤྲུགས་པའི་རྒྱུ་དེ་ཉིད་སྤྲུག་ཁྲག་གིས་དག་པར་བྱེད་མི་རུས་པ་བཞིན། ཁོང་ཁོ་ཡང་སྤྲུག་ཁང་ཁོས་འཛེམས་མི་རུས་ཤིང་། ཁོང་ཁོ་དེ་ཉིད་སྤྲུག་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་དག་པར་བྱེད་དོ།

༦ དེ་ཡང་སྤྱོད་ཀེ་ལ་མི་བྱེད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་བྱུང་ཞིང་། དེ་ཉིད་ཁྱིམ་མཚེས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་དང་གཡུལ་བཀྲེད་པས་ཁྱིམ་མཚེས་རྒྱལ་པོ་ཆངས་བྱིན་ཞེས་པས་རྒྱལ་པོ་ཀེ་ལ་མི་བྱེད་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བསྐྱུས། རྒྱལ་པོ་ཀེ་ལ་མི་བྱེད་བཅུན་མོ་དང་སྐས་བཅས་ཤོས་བྱོལ་དུ་ཐེབས་ཀྱང་། སྐས་རྒྱལ་པོ་མ་གཏོགས་པ་རྒྱལ་པོ་དང་བཅུན་མོ་གཉིས་འཛིན་བཟུང་འོག་ཚུད་དོ།

དེ་རྗེས་སྐས་རྒྱལ་པོས་ཡབ་རྒྱལ་པོ་སྟོབ་པའི་ཐབས་གང་འཚམས་ལ་འབད་ཀྱང་འབྲས་བུ་མ་བྱུང་། མཐར་ཉིན་ཞིག་རང་གི་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་སྟོག་སྟོག་ཉེས་ཆད་སྐབས་ལུས་གཞན་དུ་བརྟུག་ཏེ་ཉེས་ཆད་ཀྱི་ཐང་བར་དུ་བདེ་བར་སོན་ཀྱང་བྱ་ཐབས་བུལ་བས། ཡིད་ཕམ་ཞིང་སྟོབ་པའི་ངང་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་སྟོག་འགྲུམ་པར་གཟིགས།

ཡབ་རྒྱལ་པོས་རང་གི་སྐས་དེར་གསོན་པ་མཁྱེན་ནས་མི་མངོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྐས་རྒྱལ་པོར་བསྐྱབ་བྱ་འདི་ལྟར་མཛེད། ངང་རྒྱུ་རིང་པོར་གཞན་འཚོལ་བར་མི་བྱེད་ཞེ་ཞེ་

སངས་རྒྱུ་ཞིང་སྤངས་པའི་ཚུལ།

དུལ་ངང་ལས་ཚུལ་ལ་འཇུག་པར་བྱ། ཁོང་ཁོ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཞི་བར་
བྱེད་དོ།

དེ་རྗེས་སྤངས་རྒྱལ་པོས་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་སྲོག་ལ་ཞུགས་སྤང་རྒྱལ་ཡིད་ལ་རིང་པོར་བཅངས་
ཏེ་འབད་པས། མཐར་རྒྱལ་པོ་ཚངས་བྱིན་གྱི་ཕོ་བྲང་ནང་ལས་བྱ་བའི་གསལ་སྤྱད་པ་མ་ཟད།
གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡང་མཛད།

དེ་ཡང་། ལོ་སྤྱི་བས་བཅུ་བས་ཉིན་ཞིག་རྒྱལ་པོ་རི་དྭགས་བསྟོན་དུ་ཕེབས་པའི་ཚེ།
གནས་དཔེན་པ་ཞིག་དུ་རྒྱལ་པོ་གདན་དྲངས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ངལ་དུ་བ་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤངས་དེའི་པང་དུ་
དབུ་བཙལ་ཏེ་མནལ་དུ་རུབ།

སྤངས་རྒྱལ་པོས་དེ་ཉིད་ལོ་སྤྱི་བས་སྤྱ་བས་མས་ནས་རང་གི་སྤྱ་གྱི་བཏོན་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་
མགུལ་བར་བཅུག་གཤམ་བྱས་ཀྱང་། དེ་མ་ཐག་དུ་ཐོན་རང་གི་ཡབ་རྒྱལ་པོས་འཆི་ཁར་ཞལ་
ཆེམས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཞག་པའི་གདམ་ཆོག་རྣམས་ཡིད་ལ་ལྟང་ལྟང་དྲན་པས། སྤྱར་ཡང་གསོད་
གཤམ་བྱས་ཀྱང་གསོད་མ་བྱུང་པ་རེད། དེ་ནས་རྒྱལ་པོ་མནལ་ལས་སད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཁོང་
རང་གི་སྤངས་འོ་མས་རང་ཉིད་གསོད་པར་བརྟམས་པའི་ཆི་ལམ་ངན་པ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་
ཀལ་མི་བྱིད་རྒྱལ་སྤངས་དེར་བཤད།

དེ་ཉིད་དུ་རྒྱལ་སྤངས་དེས་ཕྱག་ནས་སྤྱ་གྱི་བསྐྱམས་བཞིན་དུ་རང་གི་ངོ་སྤྱོད་ལྷས་ཏེ། རང་
གི་པའི་དག་ལན་དུ་རྒྱལ་པོ་གསོད་པར་བཞིགས་ཀྱང་སྤྱར་ཡང་སྤྱ་གྱི་སར་བཞག་ནས་ཕུས་
མོའི་ལྟང་ས་ལ་བཅུགས་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་མདུན་དེར་དུད་དེ་བསྐྱེད།

དེ་རྗེས་རྒྱལ་པོ་དེས་སྤངས་རྒྱལ་པོ་དེའི་སྤྱ་རྒྱུས་དང་། ཡབ་རྒྱལ་པོའི་ཐ་ཆོག་རྣམས་གོ་
ཐོས་བྱང་མཚམས་ཡིད་འཇུར་ཏེ་རྒྱལ་སྤངས་དེར་བཟོད་གསོལ་ལྷས། བཅན་བཟུང་བཀྱིས་པའི་
རྒྱལ་ཁམས་དེ་ཡང་སྤངས་དེར་ཕྱིར་སློག་གིས་རྒྱལ་ཁབ་པན་ཚུན་ཕྱགས་བརྟན་གྱི་མཛའ་འབྲེལ་
ཀྱིས་བཅིངས་པར་བྱས་སོ།

དེ་ཡང་རྒྱལ་པོ་གེ་ལེ་མི་བྱིའི་འཆི་ཁར་གྱི་ཞལ་ཆེས་སང་། ངང་རྒྱལ་རིང་པོར་གཞན་
འཆོལ་བར་མི་བྱུལ་པས། གཞན་ལ་ངང་རྒྱལ་རིང་པོས་འཁོན་བཟུང་བར་མི་བྱེད་པ་བཟུན་
ཞིང་། ལས་དོན་བྲེལ་འཆབས་མ་བྱེད་ཅེས་པས། རང་གི་མཇུག་བཅེད་དམ་ཆོག་རྣམས་ལྟར་
བར་ཉམས་པར་མི་བྱེད་པ་བཟུན།

ཐ་མས་ནི། ཁོང་ཁོས་ཁོང་ཁོ་འཛོམས་པར་མི་རུས་ཤིང་། དེ་ལ་སེམས་འཛིན་མི་བྱེད་
ཅིང་ཡིད་ལ་གདན་ནས་མ་བཞག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁོང་ཁོ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་བཟུན་ནོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟུན་པའི་གདམས་ངག་ཟབ་མེད་གཞི་མྱེད་དུ་རྒྱགས་པའི་དགོ་འདུན་
གྱི་ཐྱེ་ཁག་གང་སར་ཆོག་མི་ངོ་རེ་ནས་གོང་གི་གདམས་རྒྱུན་གྱི་ཞེ་ཕུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱུར་བཅི་
སྤང་དགོས་ཤིང་། ལྷག་པར་དགོ་འདུན་གྱི་ཐྱེ་ཁག་ཅམ་དུ་མ་ཟད། མི་དམངས་སྤྱི་ཡོངས་ནས་
བསྐྱབ་བྱེད་རེ་ནམ་ཞག་རྒྱུན་གདན་དུ་བཅི་སྤང་དང་ཕྱག་ལེན་དུ་འཁེལ་བར་མཇུག་དགོས་སོ།

ཁ

སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་།

༡ ཇི་ལྟར་གོང་དུ་བཅོད་ཟིན་པ་བཞིན། ཅི་ཐྱེ་དགོ་འདུན་གྱི་ཐྱེ་ཁག་ཅིག་ནས་སངས་
རྒྱལ་གྱི་བཟུན་པ་འཆད་སྟེལ་དང་ནང་ཁུལ་མཇུག་འཁྱུར་གྱིས་ངང་གནས་རྒྱུའི་ལས་འཁུར་
རྣམས་རྒྱལ་བཞིན་ཕྱག་བཞེས་གནང་ཆོ། ཆོག་མི་ཐེ་ཉིད་རྒྱུན་གདན་དུ་རྒྱལ་སྤྱི་ཞིང་།
སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟུན་པ་ཡང་དང་རྒྱལ་སྤྱི་འབྱུར་ལ། དེ་ལྟར་འབྱུར་ཆོ། སྤྱི་པོ་མང་པོས་སྤྱི་
མེད་རྒྱགས་བྱུང་བསྐྱབ་པར་འབྱུར་ཞིང་། འདོད་ཆགས་དང་མ་རིག་པའི་བདུད་ཀྱིས་འགོ་
འཁྲིད་པའི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱི་དཔུང་རྣམས་ཀྱང་གོམ་བགོད་ཕྱིར་འཐོན་གྱིས་ཤེས་རབ་
དང་། དྲང་བདེན། དགའ་བ་དང་། དད་འདུན་གྱི་དཔུང་སྟོབས་རྒྱལ་པར་འབྱུར་རོ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་ཐུངས་པའི་ཚུལ།

བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་ནི། འདོད་ཆགས་དང་། ལུས་པ་དང་། དམག་འཁྲུག་ ཟིང་འཁྲུག་ མི་གསོད་གཅད་གདུབ་ཀྱིས་གྲུབས་ཤིང་། དཔག་དོག་དང་། གཞོད་སེམས་དང་། ཁོང་ཁོ་གཡོ་སྒྲུ། གཡོ་ཁྲམ། བསྐྱེད་འབྱིང་། ངན་གསང་དང་། བྱེད་ངན་གྱིས་གདམས་པ་ཡིན་པས། གལ་སྲིད་བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་དེའི་སྤང་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་འོད་ཟེར་ལྷང་ཞིང་། དུས་པ་ཆེད་འཕྲི་ཆར་འབབས་པ་དང་། དད་པའི་རྩ་བ་རྒྱགས་ཏེ་དགའ་བ་དེའི་མེ་དོག་གི་དྲི་ཐུལ་ཆོ། བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་གི་ངོར་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལ། ཇི་ལྟར་བསེལ་ངད་ཅན་གྱི་རྒྱུང་གཡོ་ཞིང་། ཤིང་གི་ཡལ་གའི་མེད་དོག་འཆར་བས་སྒྲོན་དུས་ཀྱི་སྒྲོན་བདེ་མཚོན་པ་བཞིན་དུ། སྤྱོད་བྱ་ཞིག་རྒྱུ་གསུང་གི་སར་སོན་ཆོག་ལས་གཡོན་གྱི་རྩ་ཤིང་རི་གྲང་སོགས་ཀྱང་གསར་སྤྱོད་ཀྱི་ངང་ཚུལ་བསྐྱར་པར་བྱེད་དོ།

སྤྱོད་བྱ་ཞིག་གི་སེམས་རྒྱུད་གཅད་དག་དུ་ཐུར་ཆོ། གཡས་གཡོན་གྱི་བཀོད་པ་དག་ཀྱང་དག་པར་འཕྱར་རོ།

༢ ཡང་དག་པའི་བསྐྱར་པས་ཁུབ་པའི་ཞིང་ཕྱོགས་དེར་བཅུད་ཀྱི་སྤྱོད་བྱ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱུད་གཅད་ཞིང་། ཞི་བ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་བར་མ་ཆད་པའི་སྤྱོད་བས་སྤྱོད་བྱ་རྣམས་ལ་ཡན་གདགས་ཤིང་། སྤྱི་བ་པ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་དྲང་གསལ་གྱི་མཁུན་པས་སྤྱོད་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་རྣམས་དག་པར་བྱེད་དོ།

གཅད་ཞིང་དག་པའི་སེམས་དེ་ཉིད་སྤྱར་བར་ཟབ་པའི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོར་འཕྱར་རུང་སྤྱོད་སེམས་གང་ཞིག་ཡང་དག་པའི་ལམ་དང་མཉམ་ལ། སེམས་གང་ཞིག་གཏོང་བར་མོས་ཤིང་། འདུལ་ཁྲིམས་སྤང་བར་གཅིས་པ་དང་། བཟོད་ཤིང་ཆེ་ཞིང་འབད་བཅོན་གྱིས་ལྷག་པའི་སེམས་ཏེ། གང་ཞིག་གང་ལ་འདྲ་མོངས་པས་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། སྤྱིང་རྒྱུ་དང་འབྲེར་མི་ཕྱེད་ལ། སྤྱོད་བྱ་རྣམས་ཐབས་ཤེས་བཟང་བོ་དུ་མ་ཞིག་གིས་རྣམ་གྲོལ་ལ་བཀྱི་བའི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོར་འཕྲོ་

ལ། དེས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཉིང་སྤངས་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་རྩང་མ་དང་ལྷག་གྲ་བཅས་ཀྱི་འཕྲོད་དུ་གནས་པའི་གནས་ཁང་དེ་
ཡང་སངས་རྒྱུ་ཉིང་གནས་ཁང་དུ་འགྱུར་ཞིང་། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་དམན་རིས་སྤྱ་གཅོད་ཀྱིས་
འཕེལ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཡང་ཤ་ཁྲག་གཅིག་གྱུར་གྱི་སྤྱེ་འགྲོའི་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་དུ་འགྱུར་རོ།

ཁྲག་གིས་སྤྲུགས་པའི་གསེར་གྱི་པོ་བྲང་ཆེན་པོ་དག་ནི་ཇི་ལྟར་མཛེས་སྤྱག་ཆེ་ཞིང་རིན་
གང་བྲལ་བ་ཡིན་རུང་། དེ་ཉིད་སངས་རྒྱུ་ཉིང་གནས་ཁང་དུ་གཏན་འགྱུར་མི་སྤིང་ཁྱང་།
གནས་བདག་གི་སེམས་རྒྱུད་བཟང་ཞིང་དག་ན། གནས་ཁང་རྒྱང་ཞིང་རྩིང་གོག་ཆག་པོར་
ཡོད་ཁྱང་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱུ་ཉིང་གནས་ཞིང་དུ་འགྱུར་དུ་ཡོད་དོ།

གང་གི་ཆེ་སྤྱེ་པོ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་སེམས་རྒྱུད་དག་གི་སྤྱིང་དུ་སངས་རྒྱུ་ཉིང་དག་ཞིང་གི་
གཞི་རྒྱགས་ནས་ཡོད་པ་དེས། གཞན་རྒྱུད་ཁྱང་རང་ཕྱོགས་སྤྱ་བྲངས་ཏེ་དགེ་འདུན་གྱི་སྤྱེ་
ཚོགས་ཀྱི་གྲས་སྤྱ་བཅུན་པས། སངས་རྒྱུ་ཉིང་དང་འདུན་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་སྤྱེ་པོ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་
ནས་ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་དང་། དེ་ནས་གྲོང་གསེབ་དང་། གྲོང་གསེབ་ནས་གྲོང་ཁྲེང་དང་། གྲོང་
ཁྲེང་ནས་རྒྱལ་ས་དང་། རྒྱལ་ས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་དང་། མཐར་དེ་ནས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་
ཁྲུབ་པོ།

དེས་ན། དོན་གྱི་དབང་བཅོན་པར། དམ་པའི་ཚོས་སྤེལ་བར་བཅོས་མིན་གྱི་ལྷག་བསམ་
དག་པོ་དང་། དད་འདུན་གཉིས་པོ་སངས་རྒྱུ་ཉིང་བསྐྱབ་པའི་ངེས་དོན་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ།

༣ དེ་ཡང་བལྟ་ཕྱོགས་ཤིག་ནས། འདོད་ཆགས་དང་། མི་དྲང་ཞིང་བསྐྱ་བའི་བརྟུན་
དང་། གསོད་བདུབ་ཁྲག་སྤྱོར་གྱིས་རྒྱས་བཏབ་པའི་འཛམ་གླིང་འདི་ཉིད་བདུད་གྱི་གླིང་ལྟར་
སྤང་ཞིང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྱེ་པོ་རྣམས་སངས་རྒྱུ་ཉིང་གོ་འཕངས་ལ་ཡིད་གཏད་སྤྱོར་
འགེལ་གྱིས། ཁྲག་རྒྱུན་དེ་ཉིད་འོ་མ་དང་། འདོད་ཆགས་དེ་ཉིད་སྤྱིང་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ལ།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་ཐུངས་པའི་ཚུལ།

དེས་བདུད་ཀྱི་སྒྲིང་འདི་ཉིད་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དག་ཞིང་དུ་བསྐྱར་བར་བྱེད་དོ།

སྒྲིར་ན། མཐའི་རྒྱ་མཚོ་དེ་ཉིད་ལག་སྒྲིགས་རུང་གས་གཅིག་གིས་ཐུ་ཕྱི་རོལ་དུ་འཐོག་ནས་བཅུས་ཀྱང་སྤོང་པར་བྱ་རྒྱ་ཆེས་དཀའ་ན་འང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྲེལ་མེད་རྫོགས་བྱང་གི་གོ་འཕང་ཞེས་པ་འདི་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱད་སྟེ་བ་མང་པོར་འབད་བརྩོན་གྱིས་འཕྲོ་བ་དགོས་པ་ཞིག་ལགས།

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་གྱི་ས་ན་གནས་ཤིང་། ས་དེ་ན་ནི་འདོད་ཆགས་མེད་ཅིང་། ཞེ་ཐུང་དང་། གཏི་མུག ཐུག་བཤལ་ཟུག་རྩ་སྒྲིགས་གང་ཡང་མེད་ལ། གཅིག་དུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་བཀྲ་ཞིང་། སྤྲིང་རྗེའི་ཆར་གྱིས་བསྐྱར་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ནི་ཞི་བའི་ས་སྟེ། གང་ཞིག་ཐུག་བཤལ་དང་། ངལ་གདུབ་དང་། ཟུག་རྩར་ཚུད་པའི་སྟེ་བ་རྣམས་ལ་སྒྲོབ་ཅིང་། དམ་པའི་ཆོས་ཁུབ་སྟེ་བའི་བྱ་བར་བརྩོན་པས་ཆེས་ངལ་བའི་སྟེས་བྱ་རྣམས་ཀྱི་དབུགས་དབྱུང་བའི་གནས་ཀྱང་ཡིན་ལ། གནས་དེ་ན་འོད་ཟེར་དབུག་དུ་མེད་པ་དང་གཏན་དུ་བྱུབ་པའི་སྟེ་བའི་གནས་ཡོད་དེ། སོས་བདེའི་གནས་དེར་སོན་པའི་སྟེས་བྱ་རྣམས་སྤྲར་ཡང་འཁོར་བའི་ཆགས་སྟེ་བར་མི་འཕྱར་རོ།

དེས་ན། གང་ན་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དྲོག་གི་དྲི་ངད་བྱལ་ཞིང་། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འདབ་ཆགས་ཀྱི་སྒྲུ་སྒྲུ་ལེན་པའི་དག་ཞིང་འདི་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་འཕྲོ་བ་ཐུག་གོ།

༥ དེ་ལྟའི་དག་ཞིང་འདི་ནི་སྟེ་བོ་རྣམས་ལ་དབུགས་དབྱུང་འབྱེན་པའི་གནས་ཡིན་ཀྱང་། ལས་གང་ཡང་མི་འཇུག་པའི་སྟེ་བོ་སྤྱིད་ལུག་རྣམས་ཀྱིས་རང་དགར་སྤོང་ཡུལ་མིན་ཞིང་། ཞིང་དེའི་ནང་གི་དྲི་ངད་ཐུང་བའི་མེ་དྲོག་གི་སྤང་གཤོངས་དག་ཀྱང་དོན་མེད་སྤྱིད་སྤོང་ཆེད་མིན་ལ། དེ་ནི་ངལ་ཞིང་གདུབ་པའི་སྟེ་བོ་རྣམས་ངལ་གསོ་བའི་གནས་དང་། གང་དག་རྫོགས་བྱང་གི་ལམ་དུ་བགྲོད་པའི་སྤྲད་དུ་སྤྲར་ཡང་རུས་པ་དང་བརྩོན་པ་བསྟེད་པར་བྱ་བའི་གནས་

སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཐུངས་པའི་ཚུལ།

ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མོས་པ་འཇམ་དམིགས་པ་ནི་གདན་དུ་གནས་ཏེ། ཇི་སྲིད་དུ་
སྐྱེ་བོ་རྣམས་འཁོའིང་ཤྱག་ཆགས་གཞན་རྣམས་གནས་ཏེ་རང་རང་གི་ལས་དབང་གིས་ལྷུབ་
པའི་མེད་ཀྱི་བཀོད་པ་རྣམས་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་དེ་ཡང་ཡོད་དོ།

ལྷ་པོ་འདི་སྐུ་རྒྱམས་ཏེ། གང་དག་སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་བྱིན་མཁུས་ལས་
 དག་པའི་ཞིང་དེར་སོན་པ་རྒྱམས་ནི་ལམོར་བའི་གནས་གང་ཞིག་ནས་རང་ཉིད་ཀྱོལ་བའི་
 གནས་དེར་སྤྲར་ཡང་སྟེ་བ་བཞེས་ཏེ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ལས་སྟོན་པའི་བྱ་བ་དེར་འཇུག་པར་ཆེས་
 མོས་པ་བསྐྱེད་ཅིང་། ཇི་ལྟར་སྟོན་མེ་རུང་དུ་ཞིག་གི་མེ་དེ་རིམ་གྱིས་སྟོན་མེ་གཞན་དག་བརྒྱད་
 མང་པོར་ཁྱབ་པ་ཇི་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བཙེ་བ་སྟོང་རྩེ་ཆེན་པོའི་འོད་ཟེར་ཡང་སེམས་
 རྒྱུད་གཅིག་ནས་གཞན་དུ་བར་མ་ཆད་པར་བརྒྱད་དོ།

ལྟལ་བའི་སྐུ་རྒྱལ་ཞུས། ལྟལ་བ་སངས་རྒྱལ་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་བརྟེ་བ་ཆེན་
པོར་ངེས་ཤེས་འབྱུངས་ཏེ། ལྟལ་བ་སངས་རྒྱལ་དེ་དག་གི་གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྤྲིན་གྲོལ་གྱི་འཕྲིན་
ལས་མཛད་འཁུར་དུང་དུ་གྲུངས་ཤིང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་དག་ཁིང་དེ་ཉིད་གཏན་དུ་བརྩིང་ཅིང་།
ཆགས་པར་གཞས་པའི་ཆེད་དུ། མཛད་འཕྲིན་དེ་དག་ཁུབ་སྟེལ་ཡང་བྱེད་དོ།

या

སངས་རྒྱུ་ཤི་སར་དཔལ་ཐོབ་པའི་སྐུ་བུ་དམ་པ།

१ རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཏ་ཡ་ནའི་བརྩམ་མོ་གཡ་མ་ལ་ཤི་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱལ་ལ་ཆེས་དང་
པ་ཆེ་བར་ཡོད་ལ། རྒྱལ་གཏན་དུ་པོ་བྲང་གི་ནང་ཕུགས་ཀྱི་གཞས་ཁང་དུ་བཞུགས་ཤིང་།
ཕྱིར་ནམ་ཡང་མི་བསྐྱོད་པས། ཏ་ཅང་གི་དུན་པ་བརྟན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་བཟོ་མོ་རྒྱལ་
སྐར་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཆེད་བརྒྱངས་ཀྱིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རྩར་ཆོས་གསན་དུ་

སངས་ཀྱི་ཞིང་ཐུངས་པའི་ཚུལ།

བཅུག་ལ། དེ་ཉིད་ཕྱིར་འཁོར་ཇེས། བྲན་མོ་དེ་ལས་གསུང་ཆོས་གསན་དེ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་
སངས་ཀྱིས་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་དང་ཤེས་རབ་སྤེལ་བར་བྱེད་དོ།

རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོ་གཉིས་པ་ཞིག་ཡོད་པ། དེས་བཅུན་མོ་གོང་མར་མ་བཟོད་ཅིང་ཕྲག་
དོག་བསྐྱེད་དེ། བཅུན་མོ་དེའི་སྐྱ་སྒོག་ལ་འཆེ་བའི་ཀུན་སྒོང་ངན་པ་བཅངས་ཤིང་། འབད་
པས་བཅུན་མོ་གོང་མ་དེ་དང་རྒྱལ་པོའི་དབར་ཕྲམ་བཅུག་སྟེ། ཏམ་ཞིག་ན་རྒྱལ་པོ་ཡང་དེ་
ཕྱོགས་སུ་བསྐྱུས་དེ་རང་གི་བཅུན་མོ་གོང་མ་དེ་གསོད་པར་མོས།

འོན་ཀྱང་བཅུན་མོ་གོང་མའི་ཞི་ལྷོད་དྲང་བདེན་གྱི་ངང་རྒྱལ་གྱིས་ཡིད་འཕྲོག་སྟེ།
གསོད་རྒྱ་ལྟ་ཅི། གསོད་གཤམས་ཀྱང་བྱ་མ་ཐུབ་པར། རང་གི་བཅུན་མོ་དེར་དྲོགས་བཅུག་གི་
ནོངས་པར་བཟོད་གསོལ་ལུས།

སྐར་ཡང་བཅུན་མོ་གཉིས་པས་མ་བཟོད་པའི་གདུང་བ་འཛིན་དེ། ཏམ་ཞིག་ན་རྒྱལ་པོ་
པོ་བྱང་དུ་མ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཟེན་ནས། སྤྱི་བོ་གདུག་རྩལ་ཅན་མང་པོ་ཞིག་གྲས་དེ་པོ་
བྱང་གི་གནས་ཁང་ནང་མ་དག་བསྟེན་དུ་བཅུག། བཅུན་མོ་གོང་མ་ཞི་འཇམ་ངང་བཞུགས་
ཤིང་། དེས་བྲན་མོ་ལྟ་ཏར་ལ་འང་སྤྱིང་སྤྱོད་པའི་འབྱུང་པས། འཇིགས་པ་མེད་པར་སངས་ཀྱིས་
ཀྱི་གསུང་ལས་ངེས་པ་སྟེས་དོན་བཞིན། གསོས་བདེད་ངང་འཆི་བ་དྲང་དུ་སྤྱངས་ལ། བྲན་མོ་
དེ་ཡང་མེ་དེས་འཇིག་པར་བྱས་སོ།

སངས་ཀྱིས་ཀྱི་ཇེས་འཇུག་བྱུང་མེད་དུ་མ་ཞིག་བྱང་བ་ལས། སྤྱིང་ཇེདི་བདག་མོར་
གསལ་པའི་བཅུན་མོ་གཉིས་པ་དེ་དང་རྒྱལ་མཐུན་ལྟ་ཏར་ཞེས་སུ་གསལ་པའི་བྲན་མོ་རྒྱལ་སྐར་
མོ་དེ་གཉིས་ཆེས་བཀྱར་འོས་སུ་བྱུར་དོ།

༢ གཞན་ཡང་། ཤུག་འཛིན་གསལ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་སྐས་མིང་ཆེན་ཞེས་པ། བཙམ་ལྟར་
འདས་ཤུག་ཐུབ་པའི་སྐྱ་མཆེད་ཡིན་པ་ཞིག་བྱུང་ཞིང་། དེ་ཉིད་སངས་ཀྱིས་གསུང་ལ་ཤིན་དུ་

དང་ཅིང་། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རྩེ་ས་འཇུག་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་བྱུང་ལ། དེའི་དུས་ཀོས་ཡའི་རྒྱལ་
པོ་མུ་རུ་རྩ་ཀ་ཞེས་པ་ཤིན་དུ་དྲག་གཏུམ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས། འཁྱའི་རྒྱལ་ཁམས་དབང་དུ་
བསྐྱུས་ནས་ཡོད་པས། རྒྱལ་སྐྱུས་དེས་རྒྱལ་པོར། འཛོན་བཟུང་བྱས་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་གྲོད་
བཀོལ་ཡོང་བར་འབོད་བསྐྱལ་ཞུས་ཀྱང་། གསུམ་འཛོག་གཏན་ནས་མ་བྱུང་སྐབས་མཐར་
རྒྱལ་སྐྱུས་དེས། ཁྱོས་གཞི་འདི་ལྟར་ལུ།

དེ་ཡང་། ཉེ་འགྲམ་དུ་ཡོད་པའི་ཁོན་པའི་རྒྱ་གཏིང་དུ་རྒྱལ་སྐྱུས་དེ་འཇུག་ནས་བྱིར་མ་
འཐོན་པའི་དུས་ཡུན་དེའི་རིང་བྲོས་བྱོལ་བྱབ་པ་རྣམས་གྲོད་བཀོལ་ཡོང་བར་སྐྱུས་བསྐྱལ་ཞུས་
པར། རྒྱལ་སྐྱུས་དེ་གཅིག་ཕྱར་རྒྱ་ནང་དུ་དུས་ཡུན་བྱུང་དུ་ལས་གནས་པར་མི་འགྱུར་སྐྱུས་
ནས་ཐ་མར་ཞལ་བཞེས་བྱུང་།

དེ་ནས་པོ་བྱང་གི་རྒྱལ་སྐྱོ་ཡངས་པོར་བྱེ་ནས་རྒྱལ་སྐྱུས་དེ་ཁོན་པའི་ནང་དུ་མཛོངས་མ་
ཐག་སྐྱེ་བོ་རྣམས་བདེ་བའི་གནས་སུ་བྲོས། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་སྐྱུས་མིང་ཆེན་བྱིར་མ་ཐོན་པར། རྒྱ་
གཏིང་གི་ལྷང་མའི་ཤིང་ཞིག་གི་རྩ་བར་རང་གི་དབུ་སྐྱ་དམ་པོར་བསྐྱིགས་ཏེ་རང་གི་མི་མེར་
རྣམས་འགྲུམ་པ་ལས་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་རང་གི་བཅེས་པའི་སྟོག་ཀྱང་བཏང་བར་མཛད་དོ།

༣ ཡང་སྟོན། པད་མའི་མདོག་ཅན་ཞེས་པའི་སྐྱུན་གྲགས་ཅན་གྱི་བཙུན་མ་གང་ཞིག་གི་
ཤེས་རབ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་མོང་གལ་གྱི་བུའི་ཤེས་རབ་ལའང་འགྲན་བཟོད་པ་ཞིག་བྱུང་ཞིང་།
དེ་ཉིད་ངེས་དོན་དུ་བཙུན་མ་ཐམས་ཅད་ལས་མཆོག་དུ་གྱུར་ཅིང་། དེ་དག་གི་མགོན་གྱི་རྒྱལ་
དུ་བཙུན་མའི་ཆོགས་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྟོན་པའི་ངལ་བ་ཁྱད་དུ་བསད་པ་ཞིག་བྱུང་།

ལྷས་སྐྱུན་ཀི་སྐྱེ་བོ་གཏུག་རྩལ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དེས། རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དག་ལ་ངན་
བསྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྐྱན་པ་ལ་ཞོལ་བར་བསྐྱལ་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་མཐར་ཐུགས་འབྱོད་
པ་དྲག་པོས་ལྷས་སྐྱུན་ལ་ཁོས་ནས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱི་རྩེ་ས་འཇུག་རྒྱལ་མཐུན་

སངས་རྒྱུ་ཞིང་སྤངས་པའི་ཚུལ།

ཉམ་རྒྱུ་ཞིག་དུ་བྱུང།

དེ་རྗེས་ཉིན་ཞིག ལྷ་ས་སྤྱི་ཚུལ་པོ་ཐུག་འཕྲད་དུ་བཅར་ཁྱད། པོ་བྲང་གི་སྒོ་སྤྱང་
བས་ཕྱིར་སྒྲོག་པས་གོ་སྐབས་མ་སོན་པར་གནས་པའི་ཆོ། བཅུན་མ་པད་མའི་མདོག་ཅན་པོ་
བྲང་ནས་ཕྱིར་ཐོན་པ་མཐོང་ནས་ཆེས་ཁྲོས་དེ་བརྒྱུད་བརྟེན་གྱིས་རྒྱ་ཆེར་སྐྱུང།

ཐུག་དུ་དྲག་པོས་མཁར་བཞིན་དུ་རང་གི་བཅུན་དགོན་དུ་འབྱོར་མཚམས་བཅུན་མ་
གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཐུགས་གསོ་བྱས་པ་ན། དགེ་སློང་མ་པད་མའི་མདོག་ཅན་གྱིས་དེ་དག་ལ་
སྤྱོད་པ། བཅུན་མ་དག མིའི་སྤྱེ་བ་འདི་ནི་སྤྱོད་ཚུད་ནས་མཐོང་བུ་པ་ཞིག་མིན་ཞིང་།
ཐམས་ཅད་མི་རྟག་མི་བརྟན་ཞིང་། ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པའོ། ལྷ་ན་མེད་པའི་རྗེས་སྤྱང་
འབའ་ཞིག་ཞི་ཞིང་བདེ་བས། ཁྱེད་ཅག་སྤྱབ་པ་ལ་དེ་ལྟར་གནས་པར་བྱའོ། ཞེས་བཀའ་ལྩུལ་
དེ། ཞི་བའི་གནལ་ལམ་དུ་གཤེགས་སོ།

༥ སོར་མོའི་ཕྱིང་བཞེས་པ་སྤྱེ་བོ་མང་པོའི་སྒྲོག་བཅད་པའི་འཇིགས་གིང་སྤྱག་པའི་
འཕྲོག་བཅོམ་པ་ཞིག་བྱུང་བ་དེ་མཐར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གཟིགས་པས་བསྐྱངས་པའི་
བགྱིན་གྱིས་ཡིད་འབྱུང་སྤྱུས་ནས་བཞུན་པར་རབ་དུ་བྱུང།

ཉིན་ཞིག་གོང་ཁྱེད་ཀྱང་བསོད་སྤྱོད་ཆེད་ཕེབས་པ་ན། གོང་གསེབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་
བརྒྱུད་བརྟེན་དྲག་པོ་བྱུང་རྗེས་ལྷ་ས་ནས་ཁྲག་འཇག་བཞིན་དུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སར་
དོང་སྤྱོ། ཞབས་ལ་གདུགས་ནས་རང་གི་སྤོན་བྱས་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བྱ་མྱོང་བའི་དུས་སྐབས་
སོན་པར་བགྱིན་རྗེས་དུན་ལུས།

དེ་ནས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ། བཅོམ་ལྡན་འདས་སྤོན་ཆད་ཁོ་
པོའི་མིང་དུ་གཞོད་པ་མེད་པ་ཞེས་འཕྲོད་ཁྱད། འོན་ཀྱང་བདག་སྤོངས་པའི་དབང་གིས། ཁོ་
པོས་ཆེས་གཅེས་པའི་སྒྲོག་མང་པོ་བཅད་ནས་དེ་དག་རེ་རེ་ལས་སོར་མོ་རེ་སྤྱངས་པས། སོར་

མའི་ཕྱང་བཞེས་སུ་གསལ།

དེ་རྗེས། བཅོམ་ཡན་འདས་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེས་ཁོ་བོས་ཤེས་རབ་ལ་བསྐྱབས་ནས།
 སངས་རྒྱུ་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་ཏེ་དཀོན་མཆོག་རིན་ཆེན་གསུམ་པོར་ཡང་སྐྱབས་
 སུ་འཛིལ། སྤྱིར་ན། སྤྱོད་པོ་ཞིག་ནས་རྟུམ་བུ་ཕྱགས་ཤིག་ཁ་དུས་པའི་ཆོ་ལྷགས་གཟན་ནས་
 ཐག་པ་ཞིག་གི་རྟོགས་སྒྲུངས་ཏེ་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། བཅོམ་ཡན་འདས་ཁྱེད་ཀྱིས་ནི། ལྷགས་
 གཟན་དང་། ཐག་པ་དང་། ལྷགས་དུ་སོགས་གང་ཡང་མ་བརྟེན་པར་ཁོ་བའི་སེམས་རྒྱད་
 གཙང་དག་དུ་བྱས་ཤིང་། ད་རིང་ཡང་ཁོ་བའི་ཐོན་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཚམས་མ་མེད་ལ། ད་
 ནི་ཁོ་བོ་གསོན་པར་མི་འདོད་ཅིང་། འཆི་བར་ཡང་མི་འདོད་ལ། ཁོ་བོ་ནི་རང་གི་དུས་ལ་སྐྱག་
 གིན་བཟང་ཡོད། ཅེས་བརྗོད་དོ།

ལ བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཤུ་རིའི་བྱ་དང་མོང་གལ་གྱི་བྱ་གཉིས་ནི་སངས་རྒྱུ་ཤུ་ཀྱ་བྱ་བ་པའི་
 ཐུགས་སྤྲས་གཙོ་བོ་གཉིས་ཡིན་པ་དང་། གང་གི་ཆོ་ཆོས་ལྷགས་གཞན་དག་གི་སྟོན་པ་རྣམས་
 རྣམ་ནང་པ་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་དྲི་མ་ཡོངས་སུ་བྲལ་བའི་དམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་འདིར་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པ་
 མཐོང་བ་ན་མི་བཟོད་པ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཏེ། དམ་ཆོས་དེར་ངན་སེམས་ཀྱིས་གཞོད་པ་ཡང་གང་
 མཆོམས་བརྟུམས་ཀྱང་། དམ་ཆོས་སྤྱར་ཡང་དར་ཁྱབ་དུ་ཕྱིན་པས་གཞོད་མ་ཐུབ། མཐར་
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་མོང་གལ་གྱི་བུའི་སྐྱ་སྟོག་འགྲུམ་པའི་ཐབས་ལ་འབད།

ལན་གཉིས་གཞོད་མ་ཐུབ་པར་འདུག་ཀྱང་། ཐམ་ལན་གསུམ་པར། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་
 དེ་ཉིད་ཕྱོགས་ཀྱན་ནས་ཕྱི་རོལ་པ་དག་གིས་བསྐྱར་ཏེ་ཉེས་བརྩུང་བཏང་བར་དྲ་དུ་སྒྲུངས་སོ།
 སྤྱོད་པོ་རྗེས་བྱང་གིས་ཟེན་པའི་སྐྱ་ལྷས་ལ་མས་སྟོན་དང་། སྐྱ་རུས་རུལ་པོར་ཐུར་ཏེ།
 མཐར་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་སོ། །

གངས་སྒྲུ་མ། གཏམ་བཤད་རིམ་བཞུགས་ཀྱི་དཔེ་དེབ།

དགེ་སློང་དག འཇམ་བུ་གླིང་འདིར་སྤྱིང་རྒྱུ་དེའི་དབང་གིས་འགོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་
ཕན་པ་དང་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་གི་དོན་དུ་བསམ་བཞིན་དུ་སྒྲེ་བ་བཞེས་པའི་སྒྲེས་བུ་གཅིག་ཁོ་
ན་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་ལགས་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙུགས་པ་ཡང་དག་པར་
རྒྱུ་ལས་པའི་སངས་རྒྱུས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

དགེ་སློང་དག འཇམ་བུ་གླིང་འདིར་སྤྱིང་བུ་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྤྱུ་པ་ནི་རྟེན་དཀའ་བ་
ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་གི་སྤྱུ་པ་ལགས་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙུགས་པ་ཡང་
དག་པར་རྒྱུ་ལས་པའི་སངས་རྒྱུས་འབའ་ཞིག་གི་སྤྱུ་པ་ཡིན་ནོ།

དགེ་སློང་དག འཇམ་བུ་གླིང་འདིར་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་སྤྱིང་བུ་གཅིག་ཁོ་ན་རྟེན་
པར་དཀའ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་ལགས་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙུགས་པ་
ཡང་དག་པར་རྒྱུ་ལས་པའི་སངས་རྒྱུས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

དགེ་སློང་དག སྤྱིང་བུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྱིང་བུ་གཅིག་ཁོ་ནའི་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་
ནི་ཡིད་སྤྱོད་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་ལགས་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་
བཙུགས་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱུ་ལས་པའི་སངས་རྒྱུས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

དགེ་སློང་དག འཇམ་བུ་གླིང་འདིར་སྤྱིང་བུ་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྤྱིང་བུ་ནི་བསམ་དུ་མེད་པ་
དང་། འགན་དུ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་ལགས་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་
བཙུགས་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱུ་ལས་པའི་སངས་རྒྱུས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

དགེ་སློང་དག སྤྱིང་བུ་གཅིག་ཁོ་ནའི་སྤྱུ་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་མིག་དང་། ཡང་དག་
པའི་འོད་དང་། འོད་ཟེར་གྱི་འདུ་སྤྱུ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤྱི་ཞིག་གི་སྤྱུ་པ་ལགས་ཞེ་ན། དེ་ནི་
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙུགས་པ་ཡང་དག་པར་རྒྱུ་ལས་པའི་སངས་རྒྱུས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་གྱི་ཁྱད་སྤྲུག་པ་ལྟེན་པུལ་།

ཕྱི་ཚེ། འོག་ ཡིག་ ཁུངས་གཏུགས་ལུལ།

ཁུངས་གཏུགས་ལུང་།

མངས་ཀྱིས།

ལེན་དང་པོ།

7

2

1 བདེ་སྐྱ་ཆོག་པ།

4

6 གངས་ལྷ་མ། 3-36

བདེ་སྤྱིང་གི་མདོ།

4

15 དབྱུག་གྱི་ཐེ། 3-26

འཕགས་པ་ཡོངས་སུ་མཆོག་བའི་མདོ།

5

4 མདོ་སྒྲ་ཆོག་པ།

5

18 དབྱུང་གྱི་སྒྲུབ་པ་-༤༥

ཐུང་རྒྱལ་རྒྱལ་པོ་གཞིན་ནུའི་མདོ།

6

4 མདོ་སྒྲ་ཆོག་པ།

6

9 མདོ་མི་བཅད་པ། ༣-༣

བསམ་གཏན་གྱི་མདོ།

6

16 བདེ་སྤྱོད་ཆོག་པ།

7

1 འདུལ་བ། ཆེན་པོའི་སྒྲེ།

7

17 ཆེན་པོ་འཇིག་རྟེན། ༡༦

ལྷ་དང་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།

॥

8

9 ཆེན་པོའི་སྒྲུབ་ཀྱི་

ལྷ་དང་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།

9

16 སྤང་འདས་ཀྱི་མདོ།

11

15 སྤང་འདས་ཀྱི་མདོ།

12

1 ཆེན་པོ་འཇམ་མཁའ་ལྷ་སྐྱུ་༡༤

ལྷ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།

མེ་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁྲུངས་གཏུགས་ཡུལ།
ལེའུ་གཉིས་པ།			
ཀ	13	1	འོད་དཔག་མེད་གྱི་བསམ་གཏན་དང་། དྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་པའི་བསྟན་པའི་མདོ།
	13	5	དཔའ་བར་འགོ་བའི་མདོ།
	13	9	དྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་པའི་བསྟན་པའི་མདོ། ༡༦
	14	1	དམ་ཚེས་པད་མ་དཀར་པོའི་མདོ།
	14	11	ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲེ་རབས། མེས་ཀྱིས་བརྟག་པའི་མདོ།
	14	16	མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
ཁ	16	1	དམ་ཚེས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། ༩
	16	16	དམ་ཚེས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། ལ
	18	13	དམ་ཚེས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། ༥
ག	19	8	དམ་ཚེས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། ༡༦

ལེའུ་གསུམ་པ།

ཀ	22	1	མདོ་སྒྲེ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༥
	23	4	མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	23	9	མདོ་སྒྲེ་ཕལ་པོ་ཆེ།
	23	13	གསེར་འོད་དམ་པའི་མདོ། ༩
ཁ	25	12	མདོ་སྒྲེ་ཕལ་པོ་ཆེ།
	26	1	མདོ་སྒྲེ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༩ ལ
			སྤང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ།
	26	5	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཀོད་གྱི་མདོ་བཟུས་པ།
	26	9	མདོ་སྒྲེ་ཕལ་པོ་ཆེ།

ཐེ་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁྲུང་སྐད་ཀྱི་ཡིག་འབྲུག་པུ་ལཱ།
	26	13	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཐེ། 34-4
	26	16	མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
ག	28	12	དབུས་ཀྱི་ཐེ། 4-22 མདུ་སྐད་ཀྱི་ཡིག་འབྲུག་པུ་ལཱ།
	29	7	མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	29	16	ཡང་གཤེགས་ཀྱི་མདོ།
	30	3	མདོ་ཐེ་ཡལ་པོ་ཆེ། 32
	30	15	དམ་ཚེས་པད་དཀར་ཀྱི་མདོ། 24
	30	18	མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	31	8	དམ་ཚེས་པད་དཀར་ཀྱི་མདོ། 2
	31	13	དམ་ཚེས་པད་དཀར་ཀྱི་མདོ། 2

ཆོས།

ཡེ་ལུ་དང་པོ།

ག	34	1	འདུལ་བཤེད་ཆེན་པོའི་ཐེ། 1-6 དང་། ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཐེ། 46-55-52 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་མདོ།
	35	9	དེ་ལྟར་བྱུང་བཤེད་ཀྱི་ཐེ། 103
	35	17	དབུས་ཀྱི་ཐེ། 2 ཟག་མེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདོ།
	36	3	མདོ་ཐེ་ཆེན་ཉེར་གཉིས་པཤེད་ཀྱི་ཐེ། 14
	36	17	དཔལ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ཐེ་ཆེན་པོའི་མདོ།

མེ་ཚན། ཤོག ཡིག ཁྲངས་གདུགས་ཡུལ།

ག 38 5 མདོ་ཐེ་ཕལ་མོ་ཆེ། ༢༢
ས་བརྩའི་མདོ།

ལེའུ་གཉིས་པ།

ག 41 1 དབུས་ཀྱི་ཐེ། ༧-༣༥
བདེན་པ་རྒྱང་བྱའི་མདོ།

42 18 ཁྲངས་སྒྲ་མ། ༥-༧༩
རྒྱལ་པོ་ཐུན་ནའི་མདོ།

43 5 ཁྲངས་སྒྲ་མ། ༧-༡༤༥
དགེ་ལྷོང་གི་མདོ།

43 11 ཁྲངས་སྒྲ་མ། ༡༢-༡༣༧
ཉེ་བར་ལེན་པའི་མདོ།

ཁ 43 16 ཡང་གཤེགས་ཀྱི་མདོ།

43 19 མདོ་ཐེ་ཕལ་མོ་ཆེ། ༢

44 7 མདོ་ཐེ་ཕལ་མོ་ཆེ། ༡༦

44 13 མདོ་ཐེ་ཕལ་མོ་ཆེ། ༢༢
ས་བརྩའི་མདོ།

44 20 ཡང་གཤེགས་ཀྱི་མདོ།

45 4 ཁྲངས་སྒྲ་མ། ༧-༡༤༦
ལམ་ཕྱིར་ཕྱོགས་པའི་མདོ།

45 7 ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ། ༡ དང་༢ དང་༡༧ དང་༡༤

45 17 ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཐེ། ༢-༡-༦
ཀླུ་མ་དེ་གི་མདོ།

མེ་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁུངས་གཏུགས་ཡུལ།
ག	46	6	མདོ་མེ་ཕལ་མོ་ཆེ། ༡༤
	46	9	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ།
	47	16	དབུས་ཀྱི་མེ། ༣-༣༣
			ཁུ་སྐལ་ཀྱི་དཔེ་མདོ།
	48	1	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ།
ང	50	5	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ།
	50	15	འདུལ་བ། ཆེན་པོའི་མེ། ༡-༤
	51	1	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ།
	51	9	ལང་དག་པར་འདུས་པའི་མེ། ༣༥-༣༠༠
			ཤིང་ཕུང་གི་མདོ།
	52	9	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ་ལ་སོགས་པ།
	52	16	དབུས་ཀྱི་མེ། ༣-༡༤
			སྒྲུང་རྩོག་འདྲི་མདོ།
	53	19	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ།
	55	3	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ།
	55	13	རྩི་མ་མེད་པར་གྲགས་པའི་བསྟན་པའི་མདོ།
	56	1	མདོ་མེ་ཕལ་མོ་ཆེ། ༣༥
			མོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ།
	56	5	ལང་ག་ཤེགས་ཀྱི་མདོ་ལ་སོགས་པ།

ཡེ་ལུ་གསུམ་པ།

ཀ	57	1	འདུལ་བ། ཆེན་པོའི་མེ། ༡-༥
	57	14	འདུལ་བ། ཁུང་ཕུའི་མེ། ༥-༣༡

ཐེ་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁྱད་སྟེན་གྲགས་པའི་ཡུལ།
ཁ	58	5	དཔལ་བར་འགྲོ་བའི་མདོ།
	62	5	དཔལ་བར་འགྲོ་བའི་མདོ།
	63	14	ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	63	19	དམ་ཆོས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། དཔལ་བར་འགྲོ་བའི་མདོ།
	64	11	མདོ་ཐེ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༣༢
	64	14	ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	64	18	ཆངས་པའི་དྲ་བའི་མདོ།
	65	6	ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
ག	66	1	ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
ཡེ་ལུ་བཞི་པ།			
ག	70	1	དཔལ་ཐེང་ཐེང་གེང་མའི་མདོ།
	71	2	གངས་སྤྲ་མ། ༢-༡༡
	71	5	དེ་ལྟར་བྱུང་བ། ༧༣
	71	10	འདུལ་བ། ཆེན་པོའི་ཐེ།
	71	17	གངས་སྤྲ་མ། ༣-༦༤ ཐུ་ཐེགས་གཞན་གྱི་མདོ།
	72	9	གངས་སྤྲ་མ། ༣-༣༥ ཨལ་བ་ཀའི་མདོ།
	73	2	ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་མདོ།
	73	6	འདུལ་བ། ཆེན་པོའི་ཐེ། ༡-༦ ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྐོར་བའི་མདོ།

ཐེ་ཆེན།	ཤོག	ཡིག	ཁྱད་སྒྲིག་གཞུགས་ཡུལ།
	73	9	ཆེན་པོའི་སྤྱི་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ། སྤྱི་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ་འདྲི་མདོ།
	73	19	མུ་འཇུག་པ་འདྲི་མདོ་འདྲི་མདོ།
	74	18	དེ་ལྟར་བྱུང་བ། ༢༤
ཁ	76	9	ཆེན་པོའི་སྤྱི་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ། ཀུན་པོའི་མདོ།
	77	2	ཁྱད་སྒྲིག་པ་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ། ༡༣༠
	77	8	ཁྱད་སྒྲིག་པ་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ། ༡༡༣
ག	77	18	དེ་ལྟར་བྱུང་བ། ༡༠༠
	78	10	ཡང་དག་པའི་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱི་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ།
	79	3	མུ་འཇུག་པ་འདྲི་མདོ་འདྲི་མདོ།
	80	5	ཁྱད་སྒྲིག་པ་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ། ༢༤
	80	16	ཁྱད་སྒྲིག་པ་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ། ༣༥ ལྟོ་སྤྱི་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ།
	81	15	གནས་པ་འདྲི་མདོ་འདྲི་མདོ།
ང	82	10	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཞུགས་པ་འདྲི་མདོ།
ལེན་པ་ལྟར་ལ།			
ཀ	88	1	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཞུགས་པ་འདྲི་མདོ།
	91	11	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཞུགས་པ་འདྲི་མདོ།
	92	16	འོད་དཔག་མེད་པའི་སྤྱི་མཐུན་པ་འདྲི་མདོ།
ཁ	95	14	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཞུགས་པ་འདྲི་མདོ་འདྲི་མདོ།

ཕྱི་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁྲིམས་གཏུགས་ལུལ། ཉམས་སྲུལ་ལེན་ཚུལ།
ཡེ་འུ་དང་པོ།			
ཀ	100	1	དབུས་ཀྱི་ཕྱེ། ༢
	101	14	དབུས་ཀྱི་ཕྱེ། ༣-༢༦ འཕགས་པ་ཡོངས་སྲུ་འཛོལ་པའི་མདོ།
	102	5	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཕྱེ། ༣༥-༣༠༦
	103	3	ཕྱི་མཚན་ཉེར་བཞི་པའི་མདོ། ༥-༢
	105	5	དབུས་ཀྱི་ཕྱེ། ༢-༡༩
	105	17	ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་སྲུ་བཅད་པ་དོན་གྱི་གཞི།
ཁ	106	14	གངས་སྤྲ་མ། ༣-༡༡༧
	107	4	དབུས་ཀྱི་ཕྱེ། ༣-༣༡ སོག་ལེ་ལྷ་བུའི་མདོ།
	109	21	དབུས་ཀྱི་ཕྱེ། ༣-༣༣ ལྷ་མ་ལྷ་ཀའི་མདོ།
	111	10	སྤྲུལ་རབས། ༥-༩༧ སྤྲ་ཏ་ཀའི་སྤྲུལ་རབས།
	114	6	ཕྱི་ཚན་ཉེར་བཞི་པའི་མདོ། ༩
	114	12	ཕྱི་ཚན་ཉེར་བཞི་པའི་མདོ། ༡༡
	115	5	ཕྱི་ཚན་ཉེར་བཞི་པའི་མདོ། ༡༣
	116	1	གངས་སྤྲ་མ། ༢-༥ སེམས་མཉམ་པའི་མདོ།
ག	116	12	ཡང་དག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་སྣོད་ཀྱི་མདོ།
	120	2	དཔེ་བརྒྱ་སྟོན་པའི་མདོ།

ཕྱི་ཚུན།	ཤོག	ཡིག	ཁྱད་སྡེ་གཏུགས་ཡུལ།
	123	14	ཤེར་ཕྱིན་མན་ངག།
	124	18	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	125	13	ཡང་དག་པའི་རིན་པོ་ཆའི་སྟོང་གི་མདོ།

ལེའུ་གཉིས་པ།

ཀ	129	1	དབུས་གྱི་སྤེལ་- ༤༣
			མལུཌ་རྒྱུང་བའི་མདོ།
	130	19	དབུས་གྱི་སྤེལ་- ༢༧
			སྤྱིང་པོ་ཆེན་པོ་ལྷ་བའི་མདོ།
	132	3	སྤྱ་མ་ལྷ་མཛོས་གྱི་མདོ།
	132	11	གནས་བརྟན་པའི་དོན་གྱི་གཏམ།
	134	1	དབུས་གྱི་སྤེལ་- ༢༤
			སྤྱང་པོ་ཆེ་ཀང་པ་ལྷ་བའི་མདོ།
	134	5	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	134	20	རྟོགས་བརྗོད་བརྒྱ་པའི་མདོ།
	135	18	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	137	4	ཤེར་ཕྱིན་སྟོང་ཕྱག་གི་བྱ་ཅ་ལ་པ།
	138	6	མདོ་སྤེལ་པའི་པོ་ཆེ། ༣༥
			སྟོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ།
ཁ	139	16	གྲངས་སྒྲ་མ། ༣- ༤༤
	140	11	གྲངས་སྒྲ་མ། ༣- ༤༡
	140	16	གྲངས་སྒྲ་མ། ༣- ༤༢
	141	6	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མདོ།

ཕྱི་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁུངས་གཏུགས་ལུལ།
	142	1	དབུས་ཀྱི་ཕྱེ། ༡༥-༡༥༡ བདེན་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མདོ།
	143	1	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མདོ།
	143	10	གངས་སྒྲ་མ། ༥-༡༤ བྱིས་པའི་མདོ།
	143	14	མདོ་ཕྱི་ཕལ་པོ་ཆེ། ༤
	144	10	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	144	19	ཡང་དག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོང་གི་མདོ།
	145	9	གསེར་འོད་དམ་པའི་མདོ།
	145	20	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ། ༢༤
	146	17	གནས་བརྟན་པའི་དོན་གྱི་གདམས།
	147	10	སྒྲེས་རབས། ༥༥ མཆོད་ཆ་ལཱའི་མདོ།
	148	9	དེ་ལྟར་བྱང་བ། ༣༧ དང་༥༠
	148	16	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	148	17	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	148	19	གངས་སྒྲ་མ། ༥-༡༢
	149	4	ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་མདོ།
	149	12	དཔལ་བར་འགྲོ་བའི་མདོ།
ག	150	14	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཕྱེ། ༥༥-༢༡ དང་༢༢ མིང་ཆེན་གྱི་མདོ།
	151	9	གངས་སྒྲ་མ། ༥-༣༢ ཅུན་འི་མདོ།

ཐེ་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁུངས་གཏུགས་ཡུལ།
	151	16	དྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་པའི་བསྟན་པའི་མདོ།
	152	5	དཔའ་བར་འགྲོ་བའི་མདོ།
	152	10	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཀོད་ཀྱི་མདོ།
	152	18	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཐེ།
	153	1	མདོ་ཐེ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༡-༤-༤
	153	14	མདོ་ཐེ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༣༣
	154	2	གསེར་འོད་དམ་པའི་མདོ། ༢༤
	154	9	འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་བསམ་གཏན་གྱི་མདོ། ༤
	154	12	བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་བཀོད་ཀྱི་མདོ།
	154	16	མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	155	10	དབུས་ཀྱི་ཐེ། ༢-༡༤ ཐེ་མས་ཀྱི་དྲི་མའི་མདོ།
	156	2	བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་བཀོད་ཀྱི་མདོ། .
ང	156	17	ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱ་བཅད་པ།
	163	19	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་མདོ།
	164	12	གངས་སྤྱ་མ།
	164	15	མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།

དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ།

ལེའུ་དང་པོ།

༧	166	1	དེ་ལྟར་བྱུང་བ། ༡༠༠ དབུས་ཀྱི་ཐེ། ༡-༣ ཆོས་བརྒྱད་པའི་མདོ།
---	-----	---	--

ཐེ་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁུངས་གཏུགས་ཡུལ།
	166	6	དེ་ལྟར་བྱུང་བ། ༡༢
	166	13	འདུལ་བ། ཆེན་པོའི་ཐེ། ༡-༣༠
	167	12	དབུས་ཀྱི་ཐེ། ༡-༣༩ རྩ་ཆེན་གྲོང་གི་མདོ།
	168	15	དབུས་ཀྱི་ཐེ། ༡-༤༠ རྩ་ཆེན་གྲོང་གི་མདོ།
	169	14	དམ་ཆོས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། ༡༩
	169	19	དམ་ཆོས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། ༡༩
	170	6	དམ་ཆོས་པད་དཀར་གྱི་མདོ། ༡༤
ཁ	171	11	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཐེ། ༥༥-༣༧ མིང་ཆེན་གྱི་མདོ།
	171	16	གངས་སྒྲ་མ། ༣-༧༥
	172	6	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཐེ། ༥༥-༣༧ མིང་ཆེན་གྱི་མདོ།
	172	10	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་ཐེ། ༥༥-༥༤ ནད་ཡམས་ཀྱི་མདོ།
	172	13	མདོ་ཐེ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༢༢
	173	16	ཕྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	175	17	མདོ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༧
	177	20	སྐྱ་མ་ལ་མཛེས་ཀྱི་མདོ།
	178	15	མདོ་ཕལ་པོ་ཆེ། ༢༡
	179	11	ཕྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།

མེ་ཚན།	ཤོག	ཡིག	ཁྱད་སྒྲིག་པའི་ཡུལ།
ཁ	199	13	ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་མེ།
	200	6	རྒྱ་ཁྱོད་མདོ།
	200	12	དྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་པའི་བསྟན་པའི་མདོ།
	201	17	ལྷ་ལྷ་ལས་འདས་པ་ཆེན་པོའི་མདོ།
	202	14	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཞུགས་ཀྱི་མདོ་བསྟན་པ།
	202	16	བདེ་བ་ཅན་ཞིང་བཞུགས་ཀྱི་མདོ།
	203	7	དྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་པའི་བསྟན་པའི་མདོ།
ག	203	16	ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ། དོན་གྱི་གཏམ།
	204	3	གངས་སྤྲ་མ། ༣༥-༣
	204	19	ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ། དོན་གྱི་གཏམ།
	205	14	གངས་སྤྲ་མ། ༥-༡
	205	18	གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྲ་བའི་དགེ་འདུན་དབྱེན་གྱི་གཞི༡༠
	206	11	དབྱུས་ཀྱི་མེ། ༩-༤༦ སོར་མོ་ཕྱེང་བའི་མདོ།
	207	10	གངས་སྤྲ་མ། ༢༦

ཁ་སྤྲོད།

ནང་ཆོས་ཀྱི་བྱང་རབས་སྤྱིང་བཅུས།

རྒྱ་གར་ནས་ཉི་འོང་ལ་བརྒྱད་པ།

རྒྱ་གར།

འགྲོ་བ་མིའི་ཆོས་བྱང་ལོ་རྒྱུས་ནང་དུས་རབས་སུ་གཏོང་བའི་བྱང་བ་སྟོན་གྲགས་ཆེ་ཤོས་
ཤིག་ནི། རྒྱ་གར་ཡུལ་དབུས་ནང་། ཨེ་ཤི་ཡའི་སྤང་བ་ཆེན་པོ། ཤར་བའི་ཆེ་བྱང་ཞིང་། ཡང་
ན། མཉེན་བརྩེ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཁྲུང་དུ་གཏུ་འཕུར་བའི་ཆེ་བྱང་ཞེས་པའང་བརྗོད་ཆོག ལོ་བརྒྱ་
ཕྱག་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤོང་ནས་དེང་གི་བར་འགྲོ་བ་མིའི་བསམ་པའི་རྒྱ་ཆོད་གོང་མཐོར་
བྱེད་ལ།

སངས་རྒྱལ་གོ་བོ་ཉ་མ་ཡང་ན། དུས་ཕྱིས་ཀྱི་རྩེས་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཤུཉ་ཐུབ་པ་
སྟེ། ཤུཉ་འི་རིགས་ཀྱི་དགེ་སྦྱོང་། ཞེས་འབོད་པ་འདི་ཉིད་སྐྱབས་ཀོལ་ཀྱི་དུས་ནས་ཁྱིམ་ལས་
ཕུངས་ནས། ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ། རྒྱ་གར་ལྗོངས་ཕྱགས་མ་རྩ་རྒྱུ་ཞབས་ཀྱིས་
བཅགས། སྤྱི་བཤད་ལྟར་བྱས་ན་ཕྱི་ལོ་མ་བྱང་གོང་གི་བརྒྱ་ཕྱག་ལ་པའི་དཀྱིལ་དུ། བྱང་རྒྱལ་
ཀྱི་ཤིང་ཆེན་པོའི་འོག་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱལ་སོ། དེ་ནས་མཐར་ཞི་བའི་
དབྱིངས་སུ་གཟུགས་སྤྱི་བཀོད་པ་མ་བཅུས་ཀྱི་བར་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་ལྷའི་རིང་ཐབས་ཤེས་
གཉིས་ལྟན་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་ཟབ་མོ་བསྐྱར་བས། རྒྱ་གར་དབུས་ཀྱི་གོང་ཁྱེར་མང་པོར་ནང་པའི་
དགོན་སྡེ་དུ་མའི་གཞི་རྒྱུགས་སོ།

དེ་ནས་མོ་རི་ཡའི་རྒྱལ་ཕྱན་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གསུམ་པ་ཐུང་ན་མེད་ (རྒྱལ་སྤིད་ཕྱི་ལོ་མ་བྱང་
གོང་ལོ་༢༤༤ ~ ༢༣༢) ཀྱིས་སངས་རྒྱལ་གོ་བོ་ཉ་མའི་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་རྒྱ་གར་གྱི་ས་
ཁྱོན་ཐམས་ཅད་དུ་མ་ཟད། མཐའ་མཆོམས་ཀྱི་ཡུལ་གྱ་མང་པོར་ཡང་སྟེལ་བར་མཛད།

མོ་རི་ཡའི་རྒྱལ་ཕྱན་དེ་ནི་རྒྱ་གར་ནང་དོག་དུ་བསྐྱེལ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་དང་པོའི་གས་

ཡིན་ཞིང་། རྒྱལ་བརྒྱད་དེའི་རྒྱལ་པོ་དང་པོ་རྩེ་བ་ཤུམ་པས་ (རྒྱལ་སྤིང་ཕྱི་ལོ་མ་བྱུང་གོང་ལོ་
༣༡༦~༣༩༣) ཤར་སྤེང་གོལ་གྱི་མཚོ་ཆེན་ནས། རུབ་ཏིན་རྩུ་ཀྱ་ཤུ་ཞེས་པའི་རི་རྒྱུད་བར་
དང་། དེར་རྒྱལ་པོ་མྱ་ངན་མེད་ཀྱིས་ཀ་ལིང་རྩ་མཚོན་པའི་ས་ཁྱོན་གཞན་མང་པོ་གསར་དུ་
དབང་དུ་བསྐྱུས་ནས་ཉོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་ཐང་བར་དུ་རྒྱ་བསྐྱེད་མཛད།

ཆོས་རྒྱལ་འདི་ཉིད་ཤིན་དུ་ཁོ་གདུམ་ཆེ་བས་མཚན་དུ་འང་ཅན་ཨ་ཤོ་ཀ་སྟེ་མྱ་ངན་མེད་
ཁོ་གདུམ་ཅན་དུ་བོས་སོ། འོན་ཀྱང་ཀ་ལིང་གའི་དམག་འཁྲུག་གི་གདུག་རྩུབ་དང་མི་གསོད་
ཁྲག་སྤོར་གྱི་གནས་སྤངས་རྣམས་གཟིགས་ཤེས་ཡིད་འབྱུང་ཆེན་པོས་བསྐྱལ་ཏེ་མཁྱེན་བརྩེའི་
སློབ་སྟོན་སྟེར་བའི་ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་དེ་ལྷགས། དེ་ནས་གཤམ་གསལ་གྱི་མཛད་ཤེས་ཆེན་
པོ་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་བསྐྱེད་པར་ཞབས་འདེགས་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ལུས།

དེ་ཡང་མཛད་ཤེས་དང་པོར། ཆོས་རྒྱལ་མྱ་ངན་མེད་ཀྱི་དོ་རིང་ཁྲིམས་བཅས་ཏེ་ནང་
ཆོས་གཞིར་བཟུང་བའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དོན་རྣམས་དོ་རིང་གྲང་ལོགས་འཇམ་ཞིང་སྟོམས་པའི་
ངོས་སུ་བཀོད་པ་དག་ཡིན་ཞིང་། དོ་བཀོད་དེ་རིགས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ས་ཕྱོགས་གང་སར་
འབྲེམས་འཇུགས་བྱས་ཡོད་པའི་སར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་པ་སྟེལ་བར་མཛད་ལ། གཉིས་
པར། ཆོས་རྒྱལ་དེས་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྱ་ཁག་མང་པོར་ནང་ཆོས་ཀྱི་སློབ་སྟོན་
ཆེད་མཁས་པ་མང་པོ་བརྒྱུད་ཏེ་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་དམ་ཆོས་ཟབ་མོ་དེ་ཉིད་སྟེལ་བར་
མཛད། དེ་ཡང་རུབ་ཕྱོགས་ཐག་རིང་རྒྱལ་ཁབ་དཔེར་ན། སི་རི་ཡ། ཨི་ཊེ་བ་ཏེ། ཀེ་རེ་ཏི།
མི་ཀོ་ཏོ་ནི་ཡ། ཨི་ཕི་རོ་སི་ལྷ་བུར་ཆོས་ཀྱི་སློབ་སྟོན་པ་མང་པོ་བརྒྱུད་ཏེ། ལྷག་པར་དུ་རྟམ་ར་
པར་ནི་འཇ། སིང་རྩ་ལ་དུ་བརྒྱུད་པའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱུ་ཚབ་མ་ཏན་རྩ་ར་ (པ་ལི་འི་སྤང་
དོད་དུ་མ་ཏིན་རྩ་ར་འབོད་) དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛོས་སྤྱུག་ཐུག་པའི་ལང་ཀའི་གླིང་དུ་སྐྱེན་
འཇེབས་ཅན་གྱི་དམ་ཆོས་འཇུགས་སྟེལ་གནང་སྟེ། ཉོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་གླིང་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་
པའི་དབུ་བརྟེས་སོ།

ཐེག་ཆེན་གྱི་བསྟན་པ་དར་ཚུལ།

ནང་པ་སངས་རྒྱུ་གྱི་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་ཤར་བྱོགས་སུ་དར་ཁྱབ་བྱུང་བའི་སྐོར་ཆེས་
 གྲགས་ཆེ་ཡང་། ཕྱི་ལོ་མ་བུང་གོང་གི་དུས་རབས་གང་མཆོམས་ཀྱི་ཆེས་སུ་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་
 ཐོག་མར་རུབ་དུ་ཞལ་བཟང་བསྟན་ཏེ་ཁྱབ་འཕེལ་བྱུང་། དེ་ནས་ཕྱི་ལོ་དབུ་ཚུགས་ནས་ལོ་
 ཉུང་ཤས་ཆེས་སམ། མ་ཚུགས་པའི་ལོ་ཉུང་ཤས་གོང་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་ཤར་བྱོགས་སུ་གཞི་
 རྒྱས་དར་ཁྱབ་བྱུང་། དར་ཁྱབ་འདིའི་ཐད་འགྲེལ་བཤེད་མ་བྱས་གོང་དུ་ནང་པའི་བསྟན་པར་
 འཕྱར་བཅོས་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱིན་པའི་སྐོར་བཤེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་འཕྱར་བཅོས་དེ་ནི་དང་
 གི་ཆར། སྔོང་གསར་པ། སུ་གྲགས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཉིད་དུས་
 དེར་སྟེ་རྒྱུ་དབུ་ཚུགས་སུ་དར་ཁྱབ་གྱི་ཅ་བ་ཚུགས་ཏེ་གནས་ཡོད།

འོང་ཁྱད་། སྔོང་གསར་པའི་འཕྱར་བཅོས་འདི་བཞིན་སྟེས་བྱ་གང་གིས། དུས་
 སྐབས་གང་གི་ཆོ། ཚུལ་ཇི་ལྟར་དུ་གསར་དུ་གདང་མིན་ཇི་བཞིན་ལན་འདྲེབས་པར་དཀའ་
 ཡང་། གཤམ་འཁོད་གྱི་དོན་ཆེན་གསུམ་པོ་འདིར་བཤེད་པར་རིགས་སམ་སྟུམ་སྟེ། དང་པོར།
 འཕྱར་བ་དེ་ཉིད་དུས་དེའི་ནང་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ནས་དགེ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་པོའི་ཐེད་ཐུབ་
 མཐའ་ནས་གསར་དུ་གདོད་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། གཉིས་པར། ཕྱི་ལོ་མ་བུང་གོང་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་
 རེ་བུང་གོང་ནས་ཕྱི་ལོའི་བརྒྱ་ཕྱག་དང་པོའི་བར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་མང་དག་ཅིག་
 དེ་དུས་སུའང་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཆེས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལུང་གིས་རྒྱབ་རྟེན་བྱས་པའི་འཕགས་པ་
 གྲུ་སྟུབ་གྱི་ལྟ་བ་དེ་དར་ཁྱབ་བྱུང་བས། དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དེ་ཡང་ནང་
 ཆོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱུང་ངོ་།

ནང་པ་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཆོས་བྱུང་ནང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ལལ་ཆེས་ཆད་ལས་འདས་
 ཤིང་། རྒྱ་ནག་དང་ཉི་འོང་གཉིས་ནང་གི་ནང་པའི་ཆོས་གཙོ་བོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་པ་ཟབ་
 མོའི་བྱིན་རྒྱལ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེ་ཡང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ནང་། གཞན་མཐའ་ལས་

པའི་རྫོགས་བྱང་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས། དེར་སྐབ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྐྱེས་བྱ་དམ་པར་
 བྱང་རྒྱལ་མེམས་དཔའ་ཞེས་སུ་འབོད་པ་དང་། འདི་དག་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་
 དང་། རིག་པ་ཡང་དག་གི་གནད་དག་རྒྱ་མཚན་རིགས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མཁས་པ་
 རྣམས་ཀྱིས་གདུལ་བྱའི་བསམ་པ་དང་མཐུན་པར་གཞི་རྩ་བརྩུགས། འདི་དག་ནི་གིན་དུ་ངོ་
 མཚར་ཆེ་བའོ། ཞོང་གི་རྒྱུན་དེ་དག་ལས་དར་ཁྱབ་བྱང་བ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་
 བརྟེན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་འབྲེལ་བ་མ་ཟད། ལམ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་
 ཀྱི་གནད་མང་དག་ཞིག་ཀྱང་གསར་བསྐྱར་བཤིས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གསར་བསྐྱར་དེ་དག་
 ལས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱར་པར་རུས་མཐུ་ཡོངས་སུ་གདམས་པ་དང་། དེ་མཚུངས་
 རྒྱགས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་ཀྱི་ཡུག་པར་
 བྱས་སོ།།

དབུས་ཨེ་ཤི་ཡ།

རྒྱ་ནག་ནང་ནང་ཆོས་ཐོག་མར་དབུས་ཨེ་ཤི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་དག་གི་བརྒྱད་ནས་དར་ཁྱབ་
 བྱང་། དེས་ན་རྒྱ་གར་ནས་རྒྱ་ནག་དུ་ནང་ཆོས་དར་ཁྱབ་བྱང་རྒྱལ་མ་བཤད་གོང་དར་ལམ་
 ཞེས་པའི་འབྲེལ་བཞེད་ངེས་པར་ཞུ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཤར་རུབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་ཅིང་། དབུས་
 ཨེ་ཤི་ཡའི་ན་གི་ས་མཚམས་དུ་མ་ཞིག་ཀྱང་བརྒྱལ་བའི་ཆོང་འབྲེལ་བྱིས་ལམ་དེ་ཉིད་ཀྱི་བརྒྱད་
 རང་ཆོས་དར་བ་དང་། རྒྱ་ནག་ཏན་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ (རྒྱལ་སྤྱིད་ཕྱི་ལོ་མ་བྱང་གོང་
 ལོ་༡༧༠༠~༡༧༥༠) དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྱིད་བཟུང་སྐབས་ཆོང་ལམ་དེ་ཕྱེ་ཞིང་། དེའི་དུས་སུ་
 ཏན་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་ཆེས་རུབ་ཕྱོགས་སུ་ཁྱབ་ཅིང་། ཉེ་འབྲམ་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཡར་ལྗན། སག་རྩི་
 ཨ་ན། དུ་ཁར་དང་། ཐ་ན། པར་ཐི་ཡ་བཅས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁམས་དེར་བསྐྱས་པ་དང་། དེ་དག་
 གི་ནང་ཐོན་གྱི་སྐྱེད་གསལ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཨེ་ཤི་ཡའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཀྱི་ཆོང་འབྲེལ་ལས་སྒོ་

ནམས་ཉམས་མེད་ལག་ལེན་དུ་བཀའ་ལ། དུས་དེར་ས་ལམ་དེའི་བརྒྱད་ཀྱི་ཚོང་འབྲེལ་ཤུགས་
 ཆེ་བུང་བས་ཚོང་ལམ་དེའི་མིང་དུ་དར་ལམ་ཞེས་སྟུགས་ཀྱི། དེ་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ཚུགས་ནས་ལོ་རྒྱུང་
 ཤས་རྗེས་སམ། མ་ཚུགས་པའི་ལོ་རྒྱུང་ཤས་གོང་ནས་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་དབར་ཚོང་ལམ་
 དེའི་བརྒྱད་རིག་གཞུང་གི་འབྲེལ་བ་བྱུང་བ་དང་། དེ་མཚུངས་ནང་ཚོས་ཀྱང་། དར་ཁབ་སོང་
 བས། ས་ལམ་དེར་ནང་ཚོས་ཀྱིས་ལམ་ཞེས་བརྗོད་རིགས།

རྒྱ་ནག

རྒྱ་ནག་ནང་ཐོག་མར་ནང་ཚོས་ལ་དང་གུས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་ཚོས་པོ་ཏི་མང་པོ་རྒྱ་སྐད་
 དུ་བསྐྱར་བ་ལས་དར་ཁབ་བྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་བསྐྱར་དང་པོར། རྩེ་ཚན་ཞེ་གཉིས་ཅན་གྱི་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཞེས་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་ཡིང་པིང་དུས་སྟུ་ཕྱིས་ཀྱི་ཤར་ཏན་གྱི་
 རྒྱལ་པོ་མིང་ཞེས་པའི་སྐབས་ལོ་རྩ་བ་ཀ་ཤ་པ་མ་ཏ་ཨང་ག་ཞེས་པས་གཙོས་མང་པོ་ཞིག་གིས་
 རྒྱ་སྐད་དུ་ཡབ་བསྐྱར་བྱས་པར་གྲགས་ཀྱང་ཡིད་བརྟན་མི་སྤྲང་བས། དེ་ལས་གཞན་དེང་གི་
 ཆ་འཛིག་འཕེར་བའི་འབྲེལ་བ་བརྗོད་ཅིག་ལྟར་ན། དུས་རབས་གཉིས་པའི་ནང་། ཕྱི་ལོ་༡༩༤
 ནས་༡༩༥༡ ལོ་ལྷན་ལོ་ལྷན་པའི་ས་ཕྱོགས་སྟུ་ཨན་ཤི་ཀའོ་ཞེས་པའི་མཁས་པ་ཞིག་གིས་
 བསྐྱར་ཅིང་། དུས་དེ་ནས་བརྒྱུད་བྱང་ཕྱོགས་སུང་རྒྱལ་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤིང་ (ཕྱི་ལོ་༡༩༤༠~
 ༡༩༤༩) ཡལ་ཆེར་ལོ་རྒྱུང་ཤུགས་ཅིག་གི་རིང་རྒྱ་སྐད་དུ་ཡབ་བསྐྱར་རྒྱུ་མ་ཆད་དུ་མཛད།

ཐོག་མའི་ཡབ་བསྐྱར་སྐབས་ཀྱི་ནང་ཚོས་ངོ་སྤྱོད་བྱེད་པོ་དང་ཡབ་བསྐྱར་བྱེད་པོ་གཙོ་ཆེ་
 བ་ནམས་ལས་ཡལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཨེ་ཤི་ཡའི་དབུས་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནས་བྱོན་པའི་ཕྱོགས་
 བརྗོད་པའི་རིགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་དཔེར་ན། གོང་དུ་བརྗོད་བྱེད་པའི་ཨེ་ཤི་ཀའོ་ཞེས་པ་
 ཞི་པར་གྲི་ཡ་ནས་ཡིན་པ་དང་། ཀང་མེང་ཀ་ཡི་ཞེས་པ་ཕྱིས་སྟུ་དུས་རབས་གསུམ་པའི་ནང་
 ཅམ་དུ་ལོ་ལངས་ཞེས་པར་ཕེབས་ཏེ། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་བཀོད། ཆོ་དཔག་མེད་ཀྱི་ཞིང་

མདོ། རྒྱ་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བ་དང་། ཁོང་ས་མར་ཀའ་ཏ་ཌ་ཞེས་པའི་ས་ཕྱོགས་ནས་ཡིན་པ་རེད།
གཞན་ཡང་། དམ་ཚེས་པད་དཀར་གྱི་མདོའི་སྤྱི་བསྐྱར་ལོ་ཙཱ་བ་ཙཱ་པ་དུ་འཇུག་ ཚེས་བསྐྱར་
ཞེས་པ་དེ་ཡང་དུ་ཁར་ནས་ཕེབས་ཏེ་ལོ་ཡངས་ཞེས་པར་དུས་རབས་གསུམ་པའི་མཇུག་ནས་
བཞི་པའི་འགོ་སྤྱོད་པར་བཞུགས་ཤིང་། དུས་རབས་ལྔ་པའི་འགོ་སྤྱོད་དུ་གཞོན་ནུར་འཛོལ་
ཞེས་པ་ཀུ་ཅའི་ཡུལ་ནས་ཕེབས་པའི་ཆེ་རྒྱ་ནག་ནང་ཕབ་བསྒྱུར་བྱགས་ཆེ་མཛད་སྐབས་ཡིན་
པ་རེད།

ཕལ་ཆེར་དུས་སྐབས་དེ་ནས་བཟུང་ཕྱོམ་བཙོན་པ་དེ་དག་གི་མཛད་པ་རྒྱས་པར་མངོན་
ཏེ། རྒྱ་ནག་ནས་རྒྱ་གར་དུ་ལོགས་སྤྱད་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་ནང་ཚུལ་སློབ་དུ་ཕེབས་པར་གྲགས་
ཤིང་། ཐོག་མར་ཕ་ཉིན་ (ཕྱི་ལོ་༣༣༩༠~༤༢༠) ཞེས་པ་ཁོང་རང་ཕེབས། ཁོང་ལོ་
ཡངས་ས་ཁུལ་ནས་ཕྱི་ལོ་༣༣༩ ལོར་རྒྱ་གར་ཕྱོགས་སུ་ཐོན་ནས་ལོ་༡༥ རྒྱུ་སྤྱོད་ཡང་རྒྱ་
ནག་དུ་ཕྱིར་ལོག་མཛད་པ་རེད། ཕྱོམ་བཙོན་པ་འདི་རིགས་ནས་སྤྲོད་གྲགས་ཆེ་ཤོས་དུ་ཡན་
ཚངས་ (ཕྱི་ལོ་༤༠༠~༤༤༤) དེ་ཉིད་བྱང་ཁིང་། ཁོང་ཕྱི་ལོ་༤༢༧ ནང་རྒྱ་གར་
ཕྱོགས་སུ་ཐོན་ཏེ། དགུང་ལོ་༡༩ བཞུགས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཡང་ཕྱི་ལོ་༤༤༥ ལོར་ཕྱིར་ལོག་བྱས།
གཞན་ཡང་། ཨ་ཡི་ཅིང་ (ཕྱི་ལོ་༤༣༥~༥༡༣) ཞེས་པ་ (འདི་ཉིད་ཨ་ཡི་ཅིང་ཞེས་
པའི་ཕྱག་དེབ་དང་འབྲུལ་ཉེན་ཡོད་) ཕྱི་ལོ་༤༧༡ ནང་མཚོ་ལམ་བརྒྱད་རྒྱ་གར་དུ་ཕེབས་ཏེ།
དགུང་ལོ་༢༥ བཞུགས་རྒྱུ་སྤྱོད་ཡང་མཚོ་ལམ་དེ་ཉིད་བརྒྱད་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱིར་ལོག་བྱས་སོ།

འགྲུལ་བསྐྱོད་པ་ཕྱོམ་ལྷན་དེ་དག་རང་གི་འདོད་པས་དྲང་དུ་སྤངས་ཏེ་ལོགས་སྤྱད་གྱི་
སྐད་ཡིག་སློབ་སྦྱང་ཆེད་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན་ནས། རང་རང་གི་མོས་པ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་པོ་དྲི་
མང་པོ་སྤྲོད་དངས་ཀྱིས་དེ་དག་ཕབ་བསྒྱུར་གྱི་བྱ་བར་དངོས་སུ་ཞུགས་ནས་ཐུགས་འགན་ཀྱང་
རྩ་བཞེས། ལྷག་པར་དུ་ཡན་ཚངས་དེ་ཉིད་སྐད་ཡིག་གི་སློབ་སྤྱོད་ཡངས་པོས་ཆོས་པོ་དྲི་ཕབ་
བསྒྱུར་གྱི་རྒྱ་ཆད་མཐོན་པོར་མོན་པས་རྒྱ་ནག་ནང་སྤྱི་བསྐྱར་གྱི་སྤྲོད་གྲགས་དར་བ་རེད། དེས་

ན་སྟོ་ལྷན་གཞིན་རྒྱུ་འཛིན་གཙུག་ཏུ་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱར་ལ། སྐབས་དང་དུས་ཕྱིས་ཏུ་
ཡན་ཚངས་ནས་བཟུང་ལོ་ལྷ་བས་བསྐྱར་ལ། གསར་བསྐྱར་ཞེས་ནང་པའི་མཁས་པ་རྣམས་
ཀྱིས་བསྟན་དོ།

ལེགས་སྐྱར་ཐོག་ཕབ་བསྐྱར་བྱས་པའི་ཆོས་པོ་ཉི་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་དག་གཞིར་བྱས་ཏེ།
སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་དག་གི་བསམ་ཚུལ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ཚུལ་རྣམས་རིམ་པ་བཞིན་རྒྱ་མི་
རིགས་ཀྱི་ཤུན་ཤུགས་ཆེ་ཞུགས་པ་དང་། དེའི་སྐབས་ཀྱིས་ནང་ཆོས་དར་སྟོལ་ལའང་རྒྱ་མི་
རིགས་རུས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། སྐབས་བྱའི་འདོད་དོན་དང་། ལྷ་བ་སོགས་ཀྱི་ལྟ་དགས་ལ་པོར་
མཐོང་ཐུབ་པ་རེད། དེ་ཡང་། རྒྱ་ནག་གི་མཁས་པ་སྟོབ་དཔོན་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེར་བྱིན་
ཀྱི་མདོ་ལས་འཆད་པའི་རྩིས་སྤྲུལ་གྲུབ་པའི་ལྷ་བར་ཐུགས་སྣང་མཛད་པ་མ་ཟད། ཕྱིས་སྤྱི་
ཐོག་པ་དམན་པ་དོར་ཏེ་ཐོག་ཆེན་ལ་མོས་ཤིང་། དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་རྒྱ་ནག་ནང་
བསྐྱར་དེའི་ཆོས་ལུགས་ཞེས་པ་དར་ཞིང་། དེའང་ཕྱིས་སྤྱི་མཛན་ཆོས་ལུགས་དར་ཁབ་བྱུང་
སྐབས་ཆེས་དར་རྒྱས་སྤྱུ་ལྟར།

དུས་ཕྱིས་དུས་རབས་དྲུག་པའི་ཕྱེད་ཕྱི་མའི་ནང་། བསྐྱར་དེའི་ཆོས་ལུགས་འདི་ཉིད་
དར་རྒྱས་ཀྱི་རྩི་མོར་སོན་རྗེས། ཆོས་ལུགས་དེའི་གདན་རབས་གསུམ་པ་སྤྱི་ཞབས་བསྐྱར་དེའི་
རྒྱུ་ལྡན་ཅི་ཨི་ (ཕྱི་ལོ་༥༣༤~༥༩༧) གཙུག་དག་འཐེར་མཛད། སྤྱི་ཞབས་དེ་ཉིད་ནང་
པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བ་མཁས་པའི་ནང་གཙུག་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོལ་བྱེ་
བའི་ནང་ཆོས་ལ་དུས་ཆོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་དབྱེ་བ་ལྔ་དང་། ལྷ་བའི་སྟོན་པ་དབྱེ་བ་བརྒྱད་མཛད་
པ་རྣམས་དུས་ལུན་རིང་པོར་རྒྱ་ནག་དང་། རི་ཕྱོད་གཉིས་ཀྱི་ནང་བསྐྱར་འགྲོར་ཕན་རྒྱུ་བས་རྒྱ་
ཆེ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།

བརྒྱལ་ཤིང་དབྱེད་པའི་ཆོ། ད་ཕན་རྒྱ་ནག་ནང་བཞུགས་པའི་མདོ་སྟེ་རྣམས་དུས་
ཆོགས་ཀྱི་རིམ་པ་དང་། དྲང་ངེས་ཀྱི་ངོ་བོར་མ་ལྟོས་པར་གདན་ཞུས་བྱས་པ་དང་། ཕབ་

བསྐྱར་མཛད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་རེད། མདོ་ཐེ་ཆེས་གངས་མང་བས་དེ་དག་གི་ཁྱད་སྤངས་དང་།
 ལྷག་པར་དྲང་ངེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རྟོགས་དཀའ་བ་བྱུང་ཡོད་ཅིང་། དེར་བརྟེན་དེ་སྐབས་ཀྱི་
 མཁས་པ་རང་རང་སོ་སོའི་སློབ་ཤེས་དང་བསྐྱེད་ཏེ། རང་ཆོས་ཇི་བཞུགས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་དྲང་
 བས་སློན་སྐབས་ཀྱི་བམའ་སྤྲོད་པ་དང་། མདོ་ཐེ་ཆེས་ལ་ཞིབ་དཔྱད་མཛད་སྐབས་སུ་འདྲ་
 དང་པོར་རྒྱའི་བསམ་པ་དང་མོས་པའི་ལྟ་ཞུགས་ཡོད་པ་མཐོང་ཐུབ། འོན་ཀྱང་ཅི་ཅིས་
 མཛད་པའི་ཉམས་ཞིབ་ཉམས་ཆེས་ལེགས་པ་བྱུང་ཡོད། དེ་ལ་འདྲ་དང་གི་ཆར་ནང་བསྐྱེད་
 རྟགས་ཆེར་དར་ཡོད་པས། ཁོང་གིས་མཛད་པའི་བསྐྱེད་བཙུན་དག་ལ་འདྲ་ལྷགས་བཙུན་པ་
 དང་ཁྱད་སྤངས་དག་ཞིག་དུ་མ་གཟིགས་ཀྱིན་ཉམས་སྦྲས་སུ་གྱུར་ཡོད་པ་རེད།

རྒྱ་ནག་གི་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་བའི་ནང་ཇོ་ཆོས་ལྷགས་དེ་ཉིད་མཐའ་མར་བྱུང་ཞིང་།
 དེ་ཉིད་སློལ་གཏོད་པ་པོ་ནི་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་ཞིག་ནས་ཕེབས་པའི་རབ་དུ་བྱུང་བ་དག་ཚུལ་
 བྱུང་རྒྱུ་ཆོས་ (ཕྱི་ལོ་~༥༢༤) ཞེས་པ་ཡིན་ཞིང་ཆོས་ལྷགས་དེའི་གཏོད་རབས་དུག་པ་
 དུ་ཡི་ནང་ (ཕྱི་ལོ་༦༣༤~༧༡༣) པའི་དུས་སུ་ཆོས་ལྷགས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བོན་ལས་མེ་
 ཏོག་རྒྱས་པ་རེད། དེ་རྗེས་དུས་རབས་བརྒྱད་པའི་མཇུག་དུ་རྒྱ་ནག་ཇོ་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་སློབ་
 དཔོན་མཁས་པ་མང་པོ་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་ཆོས་བསྐྱེད་དུ་སྐྱེད་པ་བརྒྱུད་པ་བརྒྱུད་པས། དུས་རབས་མང་
 པོའི་རིང་ཇོ་ཆོས་ལྷགས་འདི་ཉིད་དར་ཁབ་ལྷགས་ཆེ་བྱུང་བ་རེད།

དེ་ལྷན་ན། རྒྱ་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ནང་ཆོས་ལ་དོ་སྣང་དང་བསམ་ཚུལ་ཐུན་མོང་མིན་པ་
 ཞིག་ཡོད་པར་མདོན་ཐུབ་ཅིང་། དེ་ནི་རྒྱ་ནག་ཇོ་ཆོས་ལ་རྒྱ་ནག་གི་བསམ་གཤམ་འདྲེས་པ་
 ཁོ་ན་ལས་གཞན་མ་འཆིས་ཤིང་། སྟོན་པ་སངས་རྒྱུས་གོ་བྱ་ཏེ་མའི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་
 རྒྱུན་གསར་པ་བསྐྱེད་ཏེ། སྤྱར་ཡང་རྒྱགས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་དུ་ཤར་ཤོགས་ལུལ་མང་པོར་
 འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བ་རེད།

ཉི་འོང་།

ཉི་འོང་ནང་གི་ནང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་དུས་རབས་དུག་པའི་ནང་རྒྱགས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཕྱི་ལོ་
 ༡༣༤ ནང་པོ་ཆེ་ཞེས་པའི་གོ་རིམ་ལྷང་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་ཉི་འོང་གི་རྒྱལ་པོ་གི་རྩ་མེ་ལི་
 ཞེས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བརྙན་ཞིག་དང་། ཚེས་པོ་དྲེ་བཅས་ཀྱི་ལེགས་སྦྱོར་ཕུལ་བ་ནས་
 བཟུང་ནང་ཚོས་ཀྱི་སྟོན་དར་བས། ཉི་འོང་གི་ནང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུན་པའི་སྟོན་འདི་ཉིད་ལོ་
 ༡༥༠༠ སྟོན་ནས་དར་རོ།

ཉི་འོང་ནང་དང་བཟུན་པ་དར་རྒྱས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་ཡང་ས་བཅད་རིམ་པ་གསུམ་ཀྱི་སྟོ་
 རྩ་གསལ་བར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རིམ་པ་དང་པོར། དུས་རབས་༧ དང་༨ བར། ཉི་འོང་
 ནང་སྙན་གྲགས་ཅན་གྱི་དགོན་ལྷེ་ཆེན་པོ་ཏྲུ་ཡུ་ཇི་ (ཕྱི་ལོ་༦༠༧) དང་། ཐོ་འོ་ད་ལི་ཇི་
 (ཕྱི་ལོ་༧༡༢) ཞེས་སྙན་གྲགས་པ་གཉིས་གསར་དུ་བཞེངས་པ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས། ཨེ་
 གཞུང་ལྷུ་གུ་ཡོངས་ལ་ཤེས་རིག་གི་དར་རྒྱས་ཤུགས་ཆེ་བྱུང་བ་དང་། དེ་སྐབས་རུབ་ཕྱོགས་
 ལྷུ་གུར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་གོ་མས་སྟོན་ཏེ་ཅང་གི་ཉམས་ཆགས་སྙུ་གུར་བཞིན་པ་རེད། རྒྱ་ནག་
 དང་། དབུས་ཨེ་ཤི་ཡ། རྒྱ་གར་དང་། ཨྲོ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཚོ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོར་ཤེས་རིག་
 དང་། ཚོས་དང་། རིག་གཞུང་ཁག་དུ་མའི་དར་ཁྱབ་བསམ་བཞིན་ལས་འདས་ཤིང་། གར་
 ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷུ་གུ་ཁག་ནང་ཚོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་བཟང་པོས་རྩས་ཤུགས་ཅི་ཆེ་འཐེབ་པ་བྱུང་ཡོད།
 དེའི་དུས་སུ་ཉི་འོང་ནང་རིག་གཞུང་གོང་འཕེལ་དུ་ཕྱིན་ཡོད་པ་ནི་གཟེ་བཞིན་ལྷན་པའི་དགོན་
 ལྷེ་ཆེན་པོ་ཏྲུ་ཡུ་ཇི་དང་། ཐོ་འོ་ད་ལི་ཇི་ཞེས་པ་གཉིས་གསར་དུ་བཞེངས་པ་སོགས་ནས་ཤེས་
 ཐུབ། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་དེ་དུས་ཚོས་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་། བཟོའི་ལག་རྩལ་སོགས་ཀྱི་རིག་
 གནས་ཡར་རྒྱས་སུ་ཕྱིན་པ་སོགས་ཀྱིས་གར་ཕྱོགས་མཐའ་མཚམས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནས་ཨེ་
 ཤི་ཡའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ལ་རིག་གནས་དར་ཁྱབ་བྱུང་ཡོད་པ་རེད།

ཉི་འོང་གི་མི་རིགས་རྣམས་ལོ་དུས་མང་པོའི་བར་རྗེས་ལུས་འཐེབ་པའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་

གོམས་སྒོལ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གནས་མོད་ཀྱང་། ལོ་དུས་གང་མཚམས་འདས་པའི་རྗེས་སུ་རིག་གཞུང་གོང་འཕེལ་གྱི་ཅ་རྒྱུ་བས་ཆེན་པོའི་རྗེས་སུ་ཕྱོགས་དེ། གོམས་སྒོལ་བཟང་པོའི་མེ་དོག་གི་ཞལ་ཁ་སྒོ་བུར་དུ་གསར་དུ་བཞད་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་གོ་སྐལ་དུ་གྱུར་བ་དང་། དེ་ནི་གཙོ་བོར་ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལག་རྒྱུས་ཁོ་ན་ལས་ཡིན་པ་རེད། དགོན་མེས་ངང་པོ་གསར་དུ་བཞེངས་པ་དེ་དག་རིག་གཞུང་གི་བསྐྱེ་གནས་སུ་གྱུར་ཅིང་། མེས་བཙུན་སྒོ་བ་དཔོན་ནམས་དབུ་བཞུགས་སྐྱེ་མ་དབུ་འཁྲིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་སོ། ནང་ཆོས་ཙམ་མེན་པར་རིག་གཞུང་གི་གནས་གཞན་དུ་མའང་གོང་འཕེལ་དུ་གྱུར་ཡོད་ཅིང་། འདི་དག་དེའི་དུས་སུ་ཉི་འོང་ནང་ཐོག་མར་ནང་ཆོས་བྱང་བའི་ལོ་རྒྱུས་བསྟན་པ་ལོ།

དུས་རབས་༧ པའི་ནང་ཉི་འོང་གི་མཁས་དབང་ས་ཡི་ཚོ་ (མེང་སྐུ་འོ་ད་ཡི་ཤི། ཕྱི་ལོ་ ༧༤༧ ~ ༨༣༣) དང་། ལུ་ཁ་ཡི་ (ཁོའི་སྐུ་འོ་ད་ཡི་ཤི། ཕྱི་ལོ་ ༧༧༧ ~ ༨༣༥) གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་ཁག་གཉིས་གསར་དུ་སྒྲེལ་བྱེ་བ་དང་། ཆོས་ལུགས་གཉིས་པོ་དེར་ཡོངས་གྲགས་དེའི་ཨང་ནང་ཆོས་ཞེས་ཟེར། མཁས་དབང་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ནང་ཆོས་ལ་གསན་བསམ་དང་ཉམས་ལེན་མཐེལ་བྱིན་པར་གནང་རྗེས་རེ་བོ་དེ་ཨེ་ཡི་དང་། ཁོའི་ལ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོས་ལྷེ་ཆེན་ལྷེ་ཆེན་པོ་གཉིས་གསར་དུ་བཞུགས། དེ་ནས་ལོ་གསུམ་བརྒྱའི་རྗེས་སུ་པོ་ཁ་མ་ཁུར་ཞེས་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་བཟུང་སྐབས་བཤད་རྒྱུ་ཆེན་པོ། བསྟན་དཔེ་ཞེས་པ་དང་། ཤིང་སྤོང་ཞེས་པ་གཉིས་དར་ཞིང་། དེ་ནི་གཙོ་བོ་མི་དྲག་བྲལ་རིམ་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་སྐུ་འཁོར་བཅས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་གྲགས་ཆེ་མཛད་པ་རེད།

རྩ་བའི་ས་བཅད་གཉིས་པ་དུས་རབས་༡༢ དང་། ༡༣ ནང་གི་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལ། དུས་རབས་དེའི་ནང་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་སྒྲོ་བ་དཔོན་མཁས་དབང་ཉོའོ་ནེན་ (ཕྱི་ལོ་ ༡༡༣༣ ~ ༡༢༡༢) ཞེས་པ་དང་། ཤིང་རང་ (ཕྱི་ལོ་ ༡༡༧༣ ~ ༡༢༤༣) དང་། རྩོའོ་རྒྱན་ (ཕྱི་ལོ་ ༡༢༠༠ ~ ༡༢༥༣) དང་། ཉི་མེ་རེང་ཞེས་པ་ (ཕྱི་

ལོ་༡༢༢༢~༡༢༤༢) མོགས་བྱོན། དེང་གི་དུས་སུའང་ཉི་འོང་ནང་བཟུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ངོ་
སློང་ལུ་སྐབས་མཁས་དབང་དེ་དག་གི་མཚན་ངེས་པར་བཅོད་དགོས་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། འོ་
ན། ཅིའི་ཕྱིར་དེའི་སྐབས་ཁོ་ནར་མཁས་དབང་དུ་མ་ཞིག་བྱོན་ཞེ་ན། དེའི་ལན་དུ་འདི་ལྟར་
བཅོད་པར་བྱ་སྟེ། ཉི་འོང་མི་རིགས་རྣམས་རང་གི་གོམས་སྟོལ་དང་མཐུན་པའི་ནང་ཆོས་ཞིག་
ལ་དང་འདུན་ངོས་ལེན་ལུ་བ་ལས་གཞན་མིན་པར་བཟུན་པ་རེད།

ཡང་ཅི་སྟེ། འདི་ལྟར་འདྲི་ན། ཉི་འོང་ནང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དམ་ཆོས་ཆེས་སྤོམ་ཞིག་ནས་
དར་བྱེད་པ་མིན་ནམ་ཞེས་སྒྲུང་ན། འདི་ནི་བདེན་ཏེ། རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ནས་ངོ་འཕྲོད་ཅིང་།
འོན་ཏེ་ཕྱོགས་གཞན་ནས་འདི་ཡང་བདེན་ཞེས་བཅོད་པར་བྱ་སྟེ། ཉི་འོང་མི་རིགས་རྣམས་
ནས་ནང་ཆོས་ལ་དད་གུས་དང་། བརྩེ་བཀྱར་ངོས་ལེན་ལུ་བར་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་ཞིག་
དགོས་ངེས་ཅན་ཞིག་དུ་གྱུར། མདོར་ན། ཉི་འོང་ནང་དུས་རབས་༧ དང་༨ པའི་ནང་
སམས་རྒྱས་ཀྱི་དམ་ཆོས་ཀྱི་སྟོལ་ཐོག་མར་དར་ཡང་། དུས་རབས་༡༢ དང་༡༣ པའི་ནང་
མཁས་པ་སློབ་དཔོན་དེ་དག་གི་མཛད་རྒྱུས་ལས་དར་བྱབ་གུགས་ཆེ་བུང་བ་རེད།

དུས་དེ་ནས་བརྒྱུད་ད་བར་སྤོམ་ཞིག་མཁས་དབང་དག་གིས་མཛད་རྒྱུས་ཀྱི་གཞི་རྩ་ལས་
དུས་ད་བར་རྒྱུན་གནས་ཡོད་པ་དང་། དེ་དུས་ཀྱི་མཁས་དབང་གཙུག་རྒྱུན་ལྷ་བུ་ནི། དེང་གི་
དུས་སུའང་ཉི་འོང་ནང་བཟུན་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བྱང་མེད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་། དེང་སྐབས་ཉི་འོང་
མཁས་པ་དག་ནས་བཀའ་བཟུན་ལ་ཁུངས་གཏུགས་ཀྱིས་དཔྱད་ཞིབ་བྱས་འབྲས་བཟུན་
བཅོས་དུ་མ་ཞིག་སྟོད་ལུ་ལུ་ལྱུར་ཡོད་པ་ནི་གཟི་བརྩིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཀྱང་ལགས་སོ།

ཉི་འོང་ནང་རྒྱ་ནག་ནང་ཆོས་ལས་མཆེད་པའི་ནང་བཟུན་གྱི་སྟོལ་ཐོག་མར་བྱེ་སྐབས་
ཡོངས་རྫོགས་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཁོན་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་གཙོ་བོར་གོང་དུ་སློབ་བྲིན་
པའི་དུས་རབས་༡༢ དང་། ༡༣ གི་མཁས་དབང་རྣམས་པས་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོལ་
སྟོན་ལས། ད་བར་ཉི་འོང་ནང་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་བྱུང་ཞིང་། ཡང་ཉི་འོང་ནང་ཆོས་ཀྱི་ལོ་

རྒྱལ་ལས་གསལ་བ་བཞིན། གཞི་རྩའི་ནང་ཚོས་ཀྱི་སྤྲོལ་ནི་རྒྱལ་པོ་མི་ཇི་འུ་ཞེས་པའི་དུས་
 དཀྱིལ་ཙམ་དུ་རྒྱགས་ཤིང་། སྤྱིར་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟླན་པའི་བདག་པོ་མོན་པ་བཙོམ་ཡན་
 འདས་ཡིན་པ་དང་། ནང་གསེས་ཚོས་ལུགས་སོ་སོའི་སྤྲོལ་འབྱེད་པ་པོ་དེ་དག་གཞན་ཞིག་དུ་
 ཡོད་པ་མ་ཟད། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལས་གཞན་དུ་ནང་ཚོས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱོད་གཞན་ཡོད་པ་འང་གསལ་
 པོར་ཤེས་དགོས། འདི་འདྲ་བའི་སློ་གྲོས་དེ་བཞིན་དཔུང་ཞིབ་པ་མཁས་པ་ཆོའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་
 ན་འང་། དེ་དག་གཞི་རྩའི་ཚོས་ཀྱི་བྱིན་མཐུ་བསྐྱེད་ཐབས་བྱེད་པར་རུས་ཤུགས་ཞན་ཙམ་ཡོད་
 པར་མངོན། འོན་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་མི་རིགས་རྣམས་ལ་ནང་ཚོས་ཀྱི་ཐོག་དོ་སྣང་གསར་པ་
 ཞིག་ཐེབས་བཞིན་པར་མཐོང་བར་བརྟེན། དེ་འདྲའི་དོ་སྣང་དེ་བཞིན། འདིར་འཁོད་ལོ་རྒྱུས་
 སྤྱིང་བལྟས་རྩོམ་པ་པོས་རྩ་བའི་ས་བཅད་གསུམ་པའི་རྒྱལ་དུ་ངོས་འཛིན་བྱ་གི་ཡོད། ॥

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བཟུང་པའི་ཁུ་སྒྲུ་

ནང་ཆོས་འདི་བཞིན་ཐོག་མར་སྟོན་པ་ཤུ་ཐུབ་རང་ཉིད་མངོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱུ་ནས་ལོ་གངས་ཞེ་ལའི་རིང་གསུང་བའི་དམ་ཆོས་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། དམ་ཆོས་སྒོའམ་ལུང་པོ་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་མྱོང་ཡོད་པ་དང་། ལུ་བ་མཐའ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ཆད་མ་ག་སྟག་ཡིན་པ་རེད། ཁོང་གི་བཀའ་དང་མ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་རེད། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལུང་པོར། ཉེ་འོང་གི་སྐད་དོད་དུ། མི་དང་ས་མི་ཁྱོད་ཞེས་པའམ། ཡང་ན། རྟ་ཡི་ཚོའི་ཁྱོད་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། དོན་ནི། དམ་ཆོས་ཀྱི་ལུང་པོ་ཞེས་པ་རེད།

སྟོན་པ་ཤུ་ཐུབ་པས་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་གཟིགས་པ་སྟོམས་པར་མཛད་ཅིང་། གཞན་ལ་འང་ལུ་མི་ཡལ་ཆེ་བས་གོ་རུས་པའི་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་དམ་ཆོས་བཟུང་པས། གཅིག་ཏུ་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡན་པ་དང་བདེ་བའི་སྤྱད་དུ་ཉིན་ཞག་གཅིག་དང་། ཐ་ན་རྒྱ་ཆོད་སྐར་ཆ་རེ་རེའི་རྒྱུ་ཡང་རྒྱུད་ཐོས་སུ་མ་བཏང་བར། སྤྱི་ཆོ་འདུ་བྱེད་མ་བཏང་གི་བར་དུ་རྟག་ཏུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་དམ་ཆོས་ཟབ་མོ་བཟུང་དོ།

སྤྱི་མུང་ན་ལས་འདས་ཤེས། ཤེས་འཇུག་གཏུ་ལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་ཐོས་རྒྱུ་ལ་གཞིགས་པའི་ཆོས་འཆད་སྟེལ་བཀྱིས་ནའང་། དེ་དག་སོ་སོའི་ཐོས་པ་དང་། བསམ་པ་དང་། བསྟོམ་པ་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ཆོས་འཆད་རྒྱུ་ཅུང་ཟད་མི་མཐུན་པ་སོགས་བྱུང་ཡོད་ཅེས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་རིས་སུ་མ་མཆིས་པའི་སྤྱི་མུད་རྒྱུ་ལ་སྟོན་པའི་གདམས་ངག་ཆད་ལྷག་མེད་པར་ལེགས་པར་ཐོས་པའི་སྒོ་སྐབས་སྟེར་དགོས་པས། ཤེས་འཇུག་དེ་དག་འདུ་འཛོམས་ཀྱིས་ལྷོ་བ་མང་པོའི་རིང་ཡན་རྒྱུན་ཐོས་སྟོགས་བཀོ་སྐྱོང་ལྷག་པོར་གནང་སྟེ་བཀའ་བསྟུ་མཛད་པ་དང་། དགོངས་པ་མི་མཐུན་པ་རྣམས་བསལ་བས། འདི་ལ་བཀའ་བསྟུ་ཞེས་གྲགས་པ་རེད།

གོང་གི་མཛད་ཚུལ་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བཀའ་བསྟུ་བ་ཆེས་འཇུག་ནམས་ཀྱིས་ཕྱོད་པའི་གསུང་དྲིམ་མེད་པ་ཚོག་འབུ་རེ་རེ་ནས་ཇི་ལྟར་ཉམས་མེད་རྒྱན་སྤེལ་ཐབས་གནང་ཡོད་པ་ཤེས་བྱུབ།

ཕྱོད་པའི་གསུང་ནམས་མཐར་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་པ་དང་། དེར་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟན་གྱི་རྒྱུ་ལ་བཀའ་བསྟུ་བ་ནམས་ཀྱིས་དེ་དག་གི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཇི་སྟེད་ཅིག་མཛད་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་དེ་དག་ལ་ཉི་འོང་སྐད་དོད་དུ་རྩོད་ཟེར་ཞིང་། ཕྱོད་པའི་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ནམས་དུས་ཡུན་རིང་པོར་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེབས་པས། སང་རྒྱུ་ཁྱོད་ཞེས་པ། ཟླ་སྟོད་གསུམ་དུ་གྲགས་པ་དེ་བུང་བ་རེད། དེ་ལ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དོད་དུ། ཉི་རི་མི་དྲ་ཀ་ཟེར་བ་རེད།

ཟླ་སྟོད་གསུམ་པོ་ཡང་། ཁྱོད་ཇོ་འོ་དང་། རི་ཚུ་ཇོ་འོ་དང་། རྩོད་ཇོ་འོ་བཅས་ཡིན་ཞིང་། ཇོ་ཞེས་པ་སྟོད་དང་། ཁྱོད་ཞེས་པ་ཕྱོད་པའི་གསུང་རབ་ནམས་ལ་གོ་དགོས། རི་ཚུ་ནི་དགེ་འདུན་གྱི་ཟླའི་བསྐྱབ་ཁྲིམས་ཚེས་འདུལ་བ་དང་། རྩོད་ཞེས་པ་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་ནམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ནམས་ལ་བྱེད་དོ། རང་ཟླའི་གྲུབ་མཐའ་ཡོངས་རྫོགས་སོ་སོའི་བཀའ་བསྟན་ཞིག་ལ་ཁུངས་གདུགས་བྱེད་གྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་པ་ལྡིའི་སྐད་ལ་ཡོད་པའི་བཀའ་བསྟན་ཆ་ཆར་བ་གཅིག་མ་གཏོགས་ལྷག་མེད་པས། དེ་ཉིད་ལ་ཁུངས་གདུགས་བྱེད་མཁན་དེ་ནི་གནས་བརྟན་ཟླ་པ་ཡིན། པ་ལྡིའི་བཀའ་བསྟན་དེ་ཉིད་ལྟོ་དང་། ལྟོ་ཤར་ཨོ་ཤའི་ནང་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་གི་ཡིག་ཐོག་ནས་ཁུངས་གདུགས་བྱེད་ས་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གལ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་རྒྱར་པ་རེད།

དེ་ཡང་། སྤྱིར་བཏང་གི་གྲགས་ཚོད་ལྟར་ན། རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བསྟན་པ་ཕྱི་ལོ་ ༦༧ ཙམ་ལ་རྒྱ་ཆག་ཀང་། དུས་ཕྱིས་ཤར་ཕྱོགས་ཏན་རྒྱལ་རྒྱུད། ཕྱི་ལོ་ ༢༥ ~ ༢༢༠ གྱི་རྒྱལ་པོ་མིང་གི་སྐུ་དུས་སུ་ཐོག་མར་དབུ་བརྟེན་པར་གྲགས་ཀྱང་། ལོ་ངོ་ ༥༥ རྒྱུ་ཕྱི་ལོ་

༡༥༡ ཀང་རྒྱལ་རྒྱུད་ད་གའི་རྒྱལ་པོ་དུ་ཡན་གྱི་སྐབས་སུ་གཞི་ནས་བཟུན་པའི་སྲོལ་ཐོག་མར་
 འཕྲིན་པ་ཏེ། བཀའ་བཟུན་མང་པོ་རྒྱ་སྐད་དུ་ཕབ་བསྐྱར་ཞུས་པ་དང་། དེའི་སྐབས་སུ་ཐོག་
 ཆེན་གྱི་ཆོས་རྒྱ་ལའ་དུ་གཏན་ལ་ཕབ་ཟིན་པ་དང་། སྤངས་ཀྱི་བཀའ་བཟུན་ཁག་དང་ཐོག་
 ཆེན་གྱི་ཆོས་གཉིས་ཀ་རྒྱ་ལའ་དབྱེར་མེད་ཐོག་དར་བྱུང་བྱུང་ཟིན་པ་རེད། དེ་རྗེས་ལོ་
 གངས་ལྷག་ཙམ་རིང་ཕབ་བསྐྱར་གྱི་ལས་འགུལ་སུ་འབྱུང་དུ་གནས་པས། མཐར་ཐོད་ལ༤༥
 ཅན་གྱི་བཀའ་བཟུན་བཅོམས། ༡༥༥༠ ཕབ་བསྐྱར་མཛད། བཀའ་བཟུན་འདི་དག་སྤོ་
 མི་རྒྱལ་རྒྱུད་གྱི་སྐབས་ནས་ཉེ་བར་བཟུང་སྟེ་བདག་གཅེས་ཉར་ཆགས་ཀྱིས། བཅ་རུབ་ཕྱོགས་
 སུང་གི་རྒྱལ་རྒྱུད་གྱི་སྐབས་སུ་གཞི་ནས་དཔར་བསྐྱར་ཞུས་པ་རེད། འོན་ཀྱང་། རིམ་གྱིས་རྒྱ་
 རག་གི་མཁས་གྲུབ་དུ་མས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་དེ་དག་ལ་དཀའ་འབྲེལ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་པ་འདྲ་
 བཅོམས་པས། མཐར་དེ་དག་ལ་སྟེ་སྟོང་གསུམ་ཞེས་མཚན་གྱིས་བསྟན་དཀའ་བ་ཆགས་པ་
 རེད། རྒྱལ་པོ་སུ་ཨི་ཞེས་པའི་དུས་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་དེ་དག་ལ། ཨིས་ས་ཨི་
 རྩོལ་སྟེ། ཟབ་ཆོས་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཞེས་པའི་མཚན་གསོལ་བ་དང་། དེ་
 རས་སྤྱར་ཡང་། ཏང་གི་དུས་ཆོག་སུ་བཀའ་བཟུན་དེ་དག་ལ། རྩ་ཡི་རྩོལ་སྟེ། རྒྱལ་པའི་
 བཀའ་བཟུན་ཡོངས་རྒྱུགས་ཀྱི་ཆོས་ཕུང་ཞེས་པའི་མཚན་གསར་དུ་གསོལ་བ་རེད།

ཀང་པའི་བཟུན་པ་འདི་བཞིན་དུས་རབས་བདུན་པའི་ཀང་པོ་དུ་ཐོག་མར་དབུ་བརྟེས།
 དེ་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཡུག་ཕྱེད་དང་གཉིས་སམ་དུས་རབས་༧ རས་༡༡ བར་ཐོད་སྐད་དུ་ཕབ་
 བསྐྱར་གྱི་ལས་འགུལ་དབུ་ཚུགས་ཏེ། དུས་རབས་ད་གའི་ཀང་བཀའ་བཟུན་དེ་དག་ཐམས་
 ཅད་ཕབ་བསྐྱར་ཟིན་པ་ཡིན་འདུག།

དངོས་འབྲེལ་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་མང་དག་ཞིག་ཀོ་རི་ཡ་དང་། སིང་ལྷ་ལ་དང་གི་
 ཡང་ཀ་དང་། ཀམ་རྟོ་ལི་ཡ་དང་། ཏུར་གི་ཤི་དང་། ཀཞན་ཡང་། འཛམ་གླིང་གི་ཤར་ཕྱོགས་
 རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཕབ་བསྐྱར་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ལེ་ཤིན་དང་། ས་རེན་སི་

དང་། དབྱིན་ཇི་དང་། ཇར་མན་དང་། ཨི་ཌ་ལི་ཏི་སྐད་ཡིག་ཐོག་དུའང་བསྐྱར་ཡོད་པས།
འཛམ་གླིང་གི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་དང་། བསྐྱར་པ་འདི་ཉིད་ཁྱབ་
ནས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཞིན་ཆོག

འོན་ཀྱང་། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཀའ་བསྐྱར་ཕབ་བསྐྱར་བྱས་པ་དག་གི་སྒྲུབ་ཚད་
ལ་གཞིགས་ན། ད་བར་ནང་ཆོས་དར་ཁྱབ་གོང་འཕེལ་དུ་ཕྱིན་ཏེ་ལོ་ངོ་ཉི་ལྔ་ལྷག་ཙམ་སོང་
བ་དང་། སྐད་རིགས་མང་པོར་ཕབ་བསྐྱར་བྱས་པའི་ཆོས་པོ་དྲི་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཡངས་པ་ཞིག་
ཡོད་ནའང་། ད་དུང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་ནི་བཀའ་བསྐྱར་རྣམས་
ལ་གཞི་བཙུག་ནའང་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པར་དཀའ་བར་སྤང་བས། དེ་ལྟ་ན་ཚད་ལྡན་གྱི་གཞུང་
བཀའ་བསྐྱར་རྩ་ཨི་ཇོའི་ཁྱོའི་ལྷ་བྱར་གཞི་བཙུག་ཏེ་དཀའ་བའི་གནད་རྣམས་ཟུར་དུ་བཀོལ་
ནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་དོན་ལེགས་པར་རྒྱུ་པར་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གཞི་ཅ་དེའི་སྤེང་དུ་
ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་། དད་པ་བསྐྱར་བྱུབ་པ་ཞིག་དགོས་སོ།

ནང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་རྩའི་ཁྱད་སྤངས་གཙོ་བོ་ནི་སངས་རྒྱུས་ཤུའུ་བྱུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་ཡིན་
པས། དེ་དག་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དང་མཐུན་ཞིང་། ཉིན་རེའི་འཆོ་བའི་སྤྱོད་ཐོག་དུ་ར་
སྤྱོད་འཕེར་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་མིན་ཆོས་ལ་དད་པས་འགོ་བ་མིའི་སེམས་རྒྱུད་བཟང་དུ་
བཏང་མི་རྒྱས་སོ། དེར་བརྟེན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་ང་ཅག་རྗེས་འཇུག་པ་ཆོས་
ཀྱང་འཆད་སྟེལ་བྱེད་པའི་ཆེ་བཞིན་དུའི་གཞུང་སྤང་ཞིང་། གོ་དོན་མ་འཁྲུལ་བ་དང་། རྣམ་
ཀྱན་བེད་སྤྱོད་དུ་གཏོང་བའི་ཕལ་ཆེག་གི་ལམ་ནས་གསལ་པོར་འཆད་དགོས་སོ།

དེ་བཀའ་བསྐྱར་པ་འདི་ཡང་གོང་གི་ཆ་རྒྱུན་རྣམས་དང་ལྟན་ཞིང་། ལོ་ངོ་ཉི་ལྔ་ལྷག་ཙམ་
གོང་ནས་བྱུང་བའི་ཚད་ལྡན་གྱི་གཞུང་བཀའ་བསྐྱར་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུན་འཛིན་ཁུལ་ཡང་། བཞིན་
དོན་དབྱིས་ཕྱིན་པ་ནི་ཡོང་དཀའ་བ་མ་ཟད། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་ནི་མཐའ་ཡས་པས།
དགོངས་པ་ཇི་བཞིན་ཡོན་པར་ཁས་འཆེ་བ་ཡང་དཀའ་བའོ།

མཐའ་དོན། ཇི་ལྟར་ངེད་ཅག་གི་རེ་འདོད་བཞིན། མ་འོངས་པར་དེབ་འདི་བཞིན།
སྒྲར་ཡང་དཔར་འགྲེམས་ལྟ་སྐབས་ལེགས་བཅོས་དང་། སྒྲོན་འཕྲི་མོགས་གང་འོས་བྱེད་ཐུབ་
པའི་རེ་སྒོན་ལྟ། ॥

སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་དཔེ་དེབ་འདིའི་བྱང་ཚུལ།

སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་སྐྱོམ་ཞུ་འདུག་པས་སྤྱི་ལོ་ཉི་ཤུ་དགུ་འཁོར་
པའི་གསར་བསྐྱར་ནང་པའི་བཟུན་བཅོས། ཁྲབ་སྤྱོད་ཚོགས་པས་དཔར་བསྐྱར་ཞུས་པའི་དཔེ་
དེབ་གསར་བསྐྱར་ནང་པའི་བཟུན་བཅོས་ཞེས་པ་ནི་འོང་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཡོད་པ་དེར་ལེགས་
བཅོས་དང་བསྐྱར་ཞིབ་བྱས་ཏེ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དཔེ་དེབ་འདི་
བཞིན་ཐོག་མར་མཁས་དབང་རྟོག་ཏུ་གྲུག་གྱུ་ཡ་མ་བེ་དང་། རྟོག་ཏུ་མེ་ཇོན་ཨ་ཁ་ཁུ་མ་
གཉིས་ཀྱིས་ཉི་འོང་ནང་པའི་མཁས་པ་དུ་མ་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་བསྐྱངས་
པ་རེད། དཔར་བསྐྱར་ཞུ་སྒྲིགས་ལོ་ལྔ་ཙམ་འགོར།

དེ་རྗེས་སྤྱི་ལོ་༡༩༡༦ ལོར་ཚོགས་པ་དེ་ནི་དེ་གྱིས་སྤྱི་ལོ་དང་། གྲགས་ཆེ་བའི་ནང་པའི་
བཟུན་བཅོས་ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་ཞིག་དཔར་བསྐྱར་གྱིས་ཉི་འོང་རྒྱལ་ཡོངས་ནང་འགྲེམས་
སྤྱོད་གྲགས་ཆེ་བྱས་པ་རེད།

དེ་ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༢༠ ལྷ་བ་བདུན་པའི་ནང་། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གཞོན་ནུ་ལྷན་
ཚོགས་ཞིག་འཚུགས་པ་དང་། དེ་སྐབས་ཉི་འོང་རྒྱལ་ཡོངས་ནང་པའི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཚོགས་
ཀྱིས་མཛད་ཆེན་གཅིག་ནི། གོང་དུ་བཞུགས་པའི་དཔེ་དེབ་གྲགས་ཆེ་བའི་ནང་པའི་བཟུན་
བཅོས་ཅེས་པ་དབྱིན་སྐད་དུ་པམ་བསྐྱར་ཞུས་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཅེས་པའི་དཔེ་
དེབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ། མཁས་དབང་རྟོག་ཏུ་སྐྱོམ་ཞུ་འདུག་པའི་རྟོག་ཏུ་མེ་ཇོན་ཨ་ཁ་ཁུ་མ་
ཉི་དཔར་བསྐྱར་ཞུས་པ་རེད། སྤྱི་ལོ་༡༩༢༢ ལོར་ཨ་རིར་ནང་ཆོས་དབུ་བརྟེན་ནས་མི་
ལོ་༣༠ ལོར་བའི་དུས་དྲན་སྤྱང་བཅི་ཞུ་སྐབས། མི་སྤུ་ཐོ་ཡོ་བཟོ་གྲུའི་ཚོགས་གཙོ་སྐྱོམ་ཞུ་
ཞེ་དང་ཁུ་མ་ཐ་མཚོག་གིས་དབྱིན་སྐད་ཐོག་པམ་བསྐྱར་བྱས་པའི་དཔེ་དེབ་སངས་རྒྱལ་གྱི་
གསུང་རབ་འདི་བཞིན་དཔར་བསྐྱར་ཞུས་པ་རེད།

ཕྱི་ལོ་༡༩༥༥ ལོར་སྐུ་ཞབས་རུ་མ་ཐམ་ཚོག་གིས་ནང་ཚོས་བྱབ་སྤེལ་ཚོགས་པ་འདི་
ཉིད་རྒྱལ་ས་ཤོར་ཁྱོད་ལ་བཅུགས་དེ། དབྱིན་སྐད་ཐོག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་དཔེ་དེབ་
འདི་བཞི། འཛམ་གླིང་གི་ཁྱོད་ཐམས་ཅད་དུ་བྱབ་སྤེལ་བྱ་རྒྱུ་ཡང་ཚོགས་པ་དེའི་དམིགས་
ཡུལ་ཞིག་དུ་ངོས་ལེན་ཞུས་པ་རེད།

དམིགས་ཡུལ་དེ་བསྐབ་པའི་ཆེད་དུ། ཕྱི་ལོ་༡༩༥༦ ལོར་དཔེ་དེབ་སྐར་ཞིབ་ལེགས་
བཅོས་བྱེད་པའི་ལྷན་ཚོགས་ཤིག་བཅུགས་ཤིང་། ཚོགས་མིར་སྐུ་ཞབས་ཁ་ཏུ་ཡོ་གི་ཁི་ནོ།
ཤུའུ་ཡུ་ཁ་ན་ཨོ་ལ། རིང་ནོ་ཨོ་ཨོ་གི་ག་མི། ཤིང་ཁོ་ཨོ་ས་ཨོ་ལ། ཁོ་ཨོ་ཨོ་མ་ཏུ་ན་མི། ཤོ་
ཏུ་མ་ཏུ་ཨོ་ཨོ་དང་། སྐུ་ཞབས་ཐལ་ཁེ་མི་ཐལ་ཁེ་བཅས་ཡིན་པ་དང་། གཤམ་ཡང་། སློབ་སྟོན་
པ་སྐུ་ཞབས་དུ་མི་ཨོ་མ་ཏུ་ཐ་དེ་དང་། ཨན་ཨོ་ཐ་དེ་ལ། སྐུ་ཐོ་ཤི་སུ་ཁེ་ཤི་མི་ཏུ་བཅས་ནས་
ཁྱང་སྐར་ཞིབ་གནང་བས། དབྱིན་ཇི་དང་ཉི་འོང་སྐད་ཡིག་ཤན་སྐར་ཅན་ཀྱི་དཔེ་བ་གཟུགས་སུ།
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་དེ་བཞིན་དཔར་བསྐྱར་ཞུས་པ་རེད།

ཕྱི་ལོ་༡༩༥༧ ལོར་སྐར་ཡང་། མཁས་དབང་སྐུ་ཞབས་ཤུའུ་ཡུ་ཁ་ན་ཨོ་ལ། རིང་ནོ་
ཨོ་གི་ག་མི། སྐུ་ཞབས་ཤོ་ཨོ་ཡུ་ཏུ་ན་ཨོ་མ། སྐུ་ཞབས་ཁང་མེ་ཨོ་ཐ་མུ་ར་དང་། སྐུ་ཞབས་ཐ་
ཁེ་མི་ཐལ་ཁེ་བཅས་ཀྱིས་ལེགས་བཅོས་དང་སྐར་ཞིབ་གནང་མེ་སྐར་དུ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་
གནང་བ་རེད།

སྐར་ཡང་། དབྱིན་སྐད་ནང་མ་འོས་མ་འཚམས་པའི་བཞེད་བྱའི་རིགས་ལེགས་བཅོས་
གཏོང་ཆེད། ཕྱི་ལོ་༡༩༥༨ ནང་སྐུ་ཞབས་ཨར་ཀེ་ས་ཏེ་ནར། སྐུ་ཞབས་ཤོ་ཏུ་མ་ཏུ་ཨོ་
སྐུ་ཞབས་ཁོ་ཨོ་མ་ཏུ་ན་མི། སྐུ་ཞབས་ཤིང་ཁོ་ཨོ་ས་ཨོ་ལ། སྐུ་ཞབས་ཁང་མེ་ཨོ་ཐ་མུ་ར། སྐུ་
ཞབས་ཤོ་ཨོ་ཡུ་ཏུ་ཐོ་ཁུ་ན་ག་དང་། ཤོ་ཨོ་ཡུ་ཏུ་ན་ཨོ་མ། ཚུ་མྱིག་པ་གཙོ་བོ་བཅས་ནས་
སྐར་ཞིབ་དང་ལེགས་བཅོས་གནང་། དེ་རྗེས་ཕྱི་ལོ་༡༩༥༩ ལོར་གོང་གི་ཚོགས་སྐྱོག་ཚོགས་མི་
ནམས་དང་། མཁས་དབང་སློབ་སྟོན་པ་སྐུ་ཞབས་ཤི་གེ་ཨོ་ཁ་ཐ་དང་། སྐུ་ཞབས་ཡ་སུ་ཨ་

ཁིན་ར་བཅས་ལྟོ་ཚོགས་ཀྱིས། སྐྱེལ་བས་ཤིང་རོ་ཁུ་ཨོ་ནོ་ཁུ་ཨོ་མཚོག་གིས་དགོངས་འཆར་
 ཡུལ་བའི་ལེ་ཚན་ཁག་ལ་རྟོག་ཞིབ་དང་། ཁྲོས་བསྐྱར་བསྐྱངས་པས་མཐར། ད་ལྟོ་དབྱིན་ཇི་
 དང་ཉི་འོང་གི་སྐད་ཡིག་གཉིས་བསྐྱེབས་ཀྱིས། སངས་རྒྱ་ཀྱི་གསུང་རབ་དེ་བཞིན་དཔར་དུ་
 བསྐྱར་པའོ།

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༧༤ ལོར་མཁས་དབང་ཤི་ལྷོ་ཁྱ་མ་ཏ་ལགས་དང་། ལ་སུ་ཨ་ཀི་ན་ར་
 ལགས་རྣམ་གཉིས་ཚོགས་མིར་འཇུག་ཞུགས་གནང་བ་རེད། དེ་རྗེས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༡ ལོར་
 མཁས་དབང་ཀེན་ནེ་ཐེ་ཐ་ན་ཀ་ལགས་དང་། ཤོ་ལོ་རྩོ་ལ་ཏ་ན་རྟེ་ལགས། ཡོ་ཤི་ལ་སུ་ཡོ་ནེ་
 ཇ་ལགས་དང་། སེན་རྩ་ཁུ་མ་ཡེ་རྩ་ལགས་ (རྩོམ་སྒྲིག་འགན་འཛིན་) རྣམས་རྩོམ་
 སྒྲིག་ཚོགས་ཀྱི་དུ་འཇུག་ཞུགས་གནང་བ་རེད།

ཡང་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༢ ལོའི་ནང་ནང་བསྐྱར་བྱས་སྤེལ་ཚོགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གནས་སྤངས་
 འབྱུར་བཅོས་བཏང་ནས་ཐེབས་རྩ་ཚོགས་པ་ནས་མི་དམངས་ཁེ་ཕན་ཐེབས་རྩར་བསྐྱར་བ་
 རེད། འབྱུར་བཅོས་དེའི་སྐབས་སུ་རྩོམ་སྒྲིག་ཚོགས་པའི་ཚོགས་མི་ཡང་བསྐྱར་བཅོས་བྱས་ཏེ་
 དང་སྐབས་ཀྱི་ཚོགས་མི་ནི། མཁས་དབང་སེན་རྩ་ཁུ་ མ་ཡེ་རྩ་ལགས་ (རྩོམ་སྒྲིག་འགན་
 འཛིན་) རོན་ཚེ་ལོ་ཨི་ཤི་རྩ་མི་ལགས། ཁི་ཡོ་ཏ་ཀ་ཁི་སུ་ར་ལགས། ཀེན་ནེ་ཐེ་ཐ་ན་ཀ་
 ལགས། མ་ཀི་འོ་ཐལ་སུ་ར་ལགས། ལ་སུ་ཨ་ཀི་ན་ར་ལགས། ཅི་ཏུ་ཁོ་ ཡོ་ཤི་མི་རྩ་ལགས།
 ཡོ་ཤི་ལ་སུ་ ཡོ་ནེ་ཇ་ལགས་དང་། ཤོ་ལོ་རྩོ་ལ་ཏ་ན་རྟེ་ལགས་བཅས་ཡིན། ཚོགས་ཀྱི་དེ་
 ཉིད་ལོ་རྩེ་སངས་རྒྱ་ཀྱི་གསུང་རབ་དེ་དང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དང་མཐུན་པ་དང་ཕན་ཐོགས་
 ཡོང་ཐབས་ཀྱི་བཀོ་སྐྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

༢༠༡༥ ཕྱི་ལོ་ ༦

དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་ ༡༩༤༣ ལོར་རྩ་ས་རིགས་ལམ་སློབ་ཟུར་བ་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་
 ལས་བྱེད་སྤྱ་ཞབས་ཆེ་དཔག་རིག་འཛིན་ལགས་ཀྱིས་དབྱིན་ཡིག་ནས་ཕབ་བསྐྱར་ཞུས་པ་
 གཞིར་བཞག་ཐོག་ནས། ༥་ལམ་ ༢༠༡༥ ལོར་ཉི་འོང་བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་བསྟེ་གནས་པོ་ཏུ་
 ལའི་ཆོས་ཆོགས་ཀྱི་དགེ་ཆན་ལས་འཁུར་བ་སྤྱ་ཞབས་དཀོན་མཆོག་སྟེ་ཐར་དང་། དག་དབང་
 འོད་སྤང་གཉིས་ནས་ནང་བཟུན་ཁྲབ་སྟེ་ལ་ཆོགས་པ་ནས་མེ་བསྐྱལ་གནང་བ་བཞིན། དེང་
 དུས་བོད་སྐད་དང་མཐུན་པར་བསྐྱར་བཅོས་དང་དག་ཆ་ཚོར་བ་ཡོད་རིགས་ལ་གང་ཐུབ་ཚོར་
 བཅོས་བྱས་ཡོད་པ་མ་ཟད། ནང་བཟུན་ཁྲབ་སྟེ་ལ་ཆོགས་པའི་ལམ་སྟོན་བཞིན་སྟོན་འཕྲི་ཡང་
 གང་འཚམས་བྱས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཕན་བྱ་གོ་བདེ་ཏུ་བྱིན་ཡོད་པས་གྲོགས་མི་ཡོངས་ལ་ཕན་
 ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་བའི་སྟོན་འདུན་དང་བཅས།

༢༠༡༦ ཕྱི་ཟླ་ ༡ ཆེས་བཟང་ལ།

དོན་དམ་གྱི་གནས་ལུགས་ནི་ཞ་བོ་ཞིག་གིས་སྤང་པོ་ཆེ་ངོས་འཛིན་དཀའ་བ་དང་ མཚུངས་པ་ཡིན་ཚུལ། (བཅོས་སྤྱང་།)	65	6
སངས་རྒྱུ་ཞི་རིགས་དང་ལུན་ཚུལ་ནི་ཕྱོན་པའི་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲེལ་ གྱི་བཞུགས་བཅོས་དག་ལས་ཤེས་བྱུང་བ། (བཅོས་སྤྱང་།)	67	13
སྲིད་ཞེན་གྱིས་རིགས་མི་མངོན་པར་བྱ་བའི་ཚུལ། (བཅོས་སྤྱང་།)	63	19
གྲེ་ཆོས་གྱིས་དད་པ་འགོག་ཚུལ།	155	10
སངས་རྒྱུ་ཞི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཕ་དང་། འགྲོ་བ་རྣམས་ཁོང་གི་བྱ་སྤྱག་ལྟ་བུ་ ཡིན་ཚུལ།	31	13
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མཆོད་པ་ནི་རྒྱ་མཚོ་ལྟར་གདོང་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཡིན་ཚུལ་.....	30	6
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་ནི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོས་གདམས་པ་ཡིན་ཚུལ།	13	1
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཐུགས་བརྩེ་ཀྱང་ལ་མཉམ་པ་ཡིན་ཚུལ།	14	1
ངེས་དོན་གྱི་སངས་རྒྱུ་ཞི་ཡུང་པོ་མིན་པའི་ཚུལ།	12	1
སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སྤྱོད་འདུ་བྱེད་བཏང་བར་ཆོས་གསུང་བ་ཡིན་ཚུལ།	20	7
སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སྤྱོད་པོ་རྣམས་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྤྱོད་འཆིའི་རྣམ་པ་ བཞུགས་ཚུལ།	20	7
སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཐུག་བཟུལ་ལས་སྦྱོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་བཅོས་ སྤྱང་གསུང་པའི་ཚུལ།	16	5
སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་།	16	16
སངས་རྒྱུ་དང་། ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་ལ་དད་པ་བྱ་ཚུལ།	202	6
ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ།	151	16
ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བཅས་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ།	139	16
འཕགས་ལས་ཡན་ལག་བརྒྱད།	142	4

	ཤོག	ཡིག
སངས་རྒྱལ་གྱི་སར་བཤོད་པའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་རྒྱག་.....	143	14
ཡང་དག་སྒོང་བ་བཞི།.....	143	6
དུན་པ་ཉེར་གཞག་བཞི།.....	143	1
རྣམ་བྱང་གི་དབང་པོ་ལ།.....	143	10
ཆད་མེད་བཞི།.....	145	20
བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་.....	35	9
འཆི་བ་མི་རྟག་པ།.....	11	7
སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་གྱི་མཆན་བཤགས་བརྒྱས་བཞེད་བྱེད་ན་དག་ ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་བཞུན་པ།.....	97	16
རང་ཉིད་འོད་དུ་བསྐྱེད་ལ། རང་ཉིད་ལ་སྒྲོས་འགེལ་དགོས་པ།.....	9	3

སྒྲོ་སྒྲུང་།

རང་ཉིད་ལ་དགོས་པའི་དཀའ་གནད་རྣམས་ཤེས་དགོས་པ། (གཏམ་དཔེ།) ...	129	7
ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་དང་པོར་གཟབ་དགོས་པ།.....	115	2
བཅའ་བྱའི་དངོས་པོ་ལ་དུན་པ་བསྐྱེན་དགོས་པ། (གཏམ་དཔེ།)	130	19
སྐྱབ་འབྲས་ལག་དུ་ལོན་པར་དཀའ་ངལ་ལ་གདོང་ལེན་བྱ་དགོས་པའི་ཚུལ། (སྒྲུང་།)	135	18
ཡང་ཡང་ཡམས་ཉེས་བྱུང་སྐབས་སུ་འདྲིང་སྒྲོ་བས་བསྐྱེན་དགོས་པ། (སྒྲུང་།) ...	147	10
རྒྱུ་རྩལ་སྒྲུང་བའི་སྐབས་སུ་འདྲི་ལྷན་པ་མི་དགོས་པ། (སྒྲུང་།) ...	107	4
འཕགས་ལམ་རྟོགས་ཅིང་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གང་ཟག་རྣམས་སུ་ན་ན་དུ་ སྒྲོན་མེ་ཐོགས་པ་དང་འདྲ་ཚུལ།.....	36	3

གང་དུ་འགྲོགས་ཀྱང་མི་ཆེ་དོན་དང་ལྷན་པར་སྐྱོང་བའི་གདམས་པ་རྟེན་དུ་ རུང་བ། (སྦྱང་།)	138	6
སྐྱེ་པོ་རྣམས་སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་བསྐྱོད་ཚུལ།	105	5
རང་སེམས་བསྐྱང་དགོས་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་གནད་གཙོ་བོ་ཡིན་པ།	10	2
དང་པོ་སེམས་དབང་དུ་འདུ་དགོས་ཚུལ།	180	11
སེམས་དབང་དུ་འདུ་ན་དགོས་པ་ཡོད་ཚུལ།	105	8
སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་སྣ་ཆོག་པ། (བཅོས་སྦྱང་།)	102	5
སེམས་ཉིད་གང་ཟག་གི་བདག་མིན་པ།	41	10
རང་ཉིད་སེམས་ཀྱིས་དབང་དུ་མི་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས་པའི་ཚུལ།	9	5
སེམས་དབང་དུ་འདུ་ཚུལ།	132	11
རང་ཉིད་རང་སེམས་ཀྱི་མགོན་དུ་གྱུར་དགོས་པ།	10	7
སྤྲིག་པ་ཐམས་ཅད་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་བསམ་ཚུལ།	75	6
སེམས་དང་ངག་གི་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ།	108	9
ཡུང་པོ་འདི་ལ་སྦྱིང་པོ་མེད་པའི་ཚུལ། (སྦྱང་།)	123	14
ཡུང་པོ་ནི་མི་གཙང་བ་ཀུན་གྱི་སྦྱོང་ཡིན་པ།	113	4
དངོས་པོ་གང་ལ་འང་བརྒྱབ་སེམས་བྱ་མི་རུང་བ།	9	5
ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་རྣམ་དག་ཞིག་དགོས་པ།	106	14
དང་བདེན་ལ་འབད་བཅོམ་བྱ་དགོས་པ། (སྦྱང་།)	146	17

སྐྱེས་བུའི་སྤྱད་བསྐྱེད་པ།

འདོད་ཆགས་ལས་སྤྱད་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་ཚུལ།	38	5
སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བའི་ཚུལ།	11	15

མ་རིག་པ་དང་ཉོན་མོངས་པ་གཉིས་ལས་གྲོལ་ན་བྱང་ཆུབ་ཉེ་བར་སྐྱབ་པའི་ ཚུལ།.....	52	5
སྤྱག་བསྐལ་ལས་ཇི་ལྟར་དུ་ཐར་བའི་ཚུལ།.....	100	1
འདོད་མེད་ཀྱི་མེ་ལས་གྲོལ་ན་བསྐལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སར་རིག་ཚུལ།.....	112	10
འདོད་ཆགས་ཉོན་མོངས་པ་གཞན་གྱི་ཅ་བ་ཡིན་པ།.....	73	19
འདོད་ཆགས་ནི་མེ་དོག་ལྷུ་འདི་ནང་སྤྱལ་བའི་བཙན་སྐྱལ་ཞིག་དང་འདྲ་ བར་བསམ་དགོས་པ།.....	74	4
མས་འཛིགས་བཞིན་པའི་ཁང་པར་ཆགས་མི་རུང་བ། (སྦྱང་།)	16	13
མེད་པ་ནི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ།.....	101	19
འཇིག་རྟེན་འདི་འཁོར་བའི་མེ་འོ་བས་སྤྱ་གནས་པ་དང་འདྲ་ཚུལ།.....	71	10
གཏམ་དམ་བསྟེན་རར་ཆགས་པའི་སྤྱེ་པོ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་བསྐྱེགས་པ་དང་ མཚུངས་ཚུལ།.....	103	3
དཔལ་འབྱོར་ཡོངས་སྟོད་ལ་ཆགས་ན་རང་ཉིད་འཕུང་རྒྱ་ཡིན་པ།.....	103	7
སྤྱེ་པོ་བཟང་ངན་ནི་གཤེས་ཀྱི་ལས་འབྱེད་ཅུས་པ།.....	116	1
སྤྱེ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་སྟོན་ངོས་མི་ལེན་པ། (བཙམ་སྦྱང་།)	121	13
སྤྱེ་པོ་སྤྱེ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་སྤྱེ་པོ་རྣམས་ལ་ཕྱག་དོག་བྱ་ཚུལ། (བཙམ་སྦྱང་།)	121	16
སྤྱེ་པོ་སྤྱེ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྟོད་ཚུལ། (བཙམ་སྦྱང་།)	126	15

རྒྱན་དུ་འཛོལ་སྟོད་ཚུལ།

བྱིན་ལེན་ལ་མི་རེ་བ་ཞིག་དགོས་པ།.....	144	14
དཔལ་འབྱོར་ཡོངས་སྟོད་ལ་མི་རྟེན་པའི་བྱིན་པ་རྣམས་གངས་བདུན།.....	144	19

	ཤོག	ཡིག
དཔལ་འབྱོར་ཡོངས་སྤྱོད་གསལ་ཚུལ། (སྤང་།)	125	13
བདེ་བ་བསྐྱབ་ཚུལ།	114	15
བགྲིན་ལ་བསམ་ཤེས་དགོས་ཚུལ། (སྤང་།)	119	20
སྤྱོད་པའི་གསལ་མི་འདྲ་བ་སྤྲོ་ཆོག་པའོ་ཡོད་པ།	77	2
གཞན་ལ་གཞོན་སེམས་འཆང་ན་བྱས་ཉེས་རང་ཐོག་དུ་སྤྱོད་དགོས་པའི་སྐོར།	114	6
འབྱོར་གདུང་སེལ་བའི་ཐབས། (སྤང་།)	197	10
གཞན་གྱིས་སྤྱོད་བཟོགས་བྱས་པར་མི་དགའ་བ་བྱ་མི་རུང་བའི་ཚུལ། (སྤང་།)	105	17
སྤྱོད་པའི་རྣམས་ཟས་གོས་གནས་མལ་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་འཛོལ་མིན་པ།	175	7
ཟས་གོས་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེད་མིན་པ།	100	15
ཟས་ལེན་པའི་སྐབས་སུ་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བཅོས་དགོས་པའི་ཚུལ།	177	6
གོས་ཐོན་པའི་སྐབས་སུ་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བཅོས་དགོས་པའི་ཚུལ།	176	15
གནིང་ཉལ་བའི་སྐབས་སུ་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བཅོས་དགོས་པའི་ཚུལ།	177	16
ཆ་གང་གི་དུས་སུ་ཀུན་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་བཅོས་དགོས་པའི་ཚུལ།	177	9
ནམ་གཞག་རྒྱུན་གཏན་དུ་ཀུན་སྤྱོད་བཅོས་ཚུལ།	176	4

དཔལ་འབྱོར།

དངོས་པོ་རྣམས་ལེད་མེད་དུ་སྤྱོད་དགོས་པ། (སྤང་།)	188	12
དངོས་པོ་གང་ཡང་རང་ཉིད་ལ་དོན་དམ་དུ་མི་དབང་བ།	188	3
རང་ཉིད་གཅིག་ཕུའི་དོན་དུ་དངོས་པོ་སྤྲོས་གསལ་བྱ་མི་རུང་བའི་སྐོར།	190	11
དཔལ་འབྱོར་འབད་བསྐྱབ་སྐོར། (སྤང་།)	125	13

ཁྲིམ་གྱི་མི་ཚོ།

ཁྲིམ་ཞེས་པར་ནང་མི་རྣམས་པན་ཚུན་སློ་མཐུན་དུ་གནས་ཚུལ་སྟོར།.....	185	18
ཁྲིམ་ལ་གཞན་པའི་འགལ་ཁྱེན།.....	181	9
ཕ་མར་དྲིན་ལན་མཇལ་དགོས་པའི་སྟོར།.....	185	14
བུས་ཕ་མར་བརྩི་བཀྱར་བྱ་ཚུལ།.....	182	1
བཟའ་ཚང་གཉིས་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ།.....	182	16
བཟའ་ཚང་གཉིས་ཀྱི་སློ་མཐུན་གཅིག་གྱུར་དགོས་པ།.....	189	14

ཁྲིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བའི་དགེ་འདུན་གྱི་སྦྱོང་ཚུལ།

དགེ་འདུན་གྱི་གོས་ཁྱོན་པ་དང་། ཁ་འདོན་བྱེད་པ་ཙམ་གྱི་རབ་བྱུང་དུ་མི་ རུང་བ།.....	168	19
དགེ་འདུན་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། དེའི་དཀོར་སོགས་ཀྱི་ཤུལ་འཛིན་པ་པོ་ ཙམ་མིན་པ།.....	166	1
བརྒྱབ་སེམས་ཅན་རྣམས་དགེ་འདུན་པ་དངོས་མིན་པ།.....	166	6
དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དོན་དམ་དུ་མི་ཚོ་སྦྱེལ་སྤངས།.....	167	18

སྤྱི་ཚོགས་ནང་གི་མི་ཚོ།

སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་བོ།.....	193	3
འཇམ་གླིང་འདིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཁག་གི་གནས་སྤངས།.....	83	10
ཚོགས་པ་མི་འདྲ་བ་གསུམ།.....	193	8
དོན་དམ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས།.....	193	16
ལུན་པ་སེལ་བའི་འོད་ཆེན་པོ།.....	192	8

	ཤོག	ཡིག
ཞི་བདེའི་ངང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ།.....	194	9
སྤྱི་ཚོགས་གཅིག་གི་ནང་ཞི་བདེ་ཡོངས་ཐབས།.....	195	10
དོན་དམ་གྱི་དགེ་འདུན་གྱི་སྤེ།.....	194	15
ནང་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ལྷ་བ་འཁྲུང་སྐྱངས།.....	201	17
ཁྲིམས་ལ་བརྩི་མེད་བྱེད་པའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བ། (བཅོས་སྦྱང་།)	120	17
ཕྱག་དོག་ཅན་དང་། འཕྲུག་ཅོད་ལ་དགའ་བའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཉམས་དམས་སུ་ ཁྱུར་ཚུལ། (བཅོས་སྦྱང་།)	120	17
མི་ཆུན་གསུམ་རྣམས་ལ་གུས་བརྩི་དགོས་ཚུལ། (སྦྱང་།)	116	12
སྤྲོ་སྤྲོ་བ་དབར་གྱི་ཕན་ཚུལ་འབྲེལ་བ་བྱ་ཤོགས།.....	182	9
གོགས་པོ་ནང་ཕན་ཚུན་དབར་གྱི་འབྲེལ་བ།.....	183	3
གོགས་པོ་བཟང་བ་གདམ་ཚུལ།.....	184	13
སྦྱིན་བདག་དང་། གཡོག་པོའི་དབར་གྱི་ཕན་ཚུན་བསྐྱུན་བཞིགས་སྟོར།.....	183	12
ནག་ཉེས་ཅན་རྣམས་ལ་བསྐྱུན་བཞིབས་བྱ་ཚུལ།.....	190	17
ཚོས་འཆད་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་མཁོ་བའི་བསྐྱབ་བྱ།.....	102	15

ལེགས་སྤྱད་གྱི་ཚིག་དོན་འགའི་མཆན་འགྲེལ།

བདག་མེད་པ།

བདག་མེད་པ་ནི་ནང་ཚོས་ཀྱི་བཟོད་བྱའི་གནད་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞི་གྲུབ་ཀྱི་ཚོས་
ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་རྒྱས་སུ་གྲུབ་པ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད་ཅིང་། དེའང་ཤེས་བྱ་ལ་གཏན་
དུ་བའི་རྒྱས་ཞིག་གཏན་ནས་མི་སྲིད་པར་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་ནང་པའི་གྲུབ་མཐར་ཚོས་ཐམས་
ཅད་མི་རྟག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་སྒྲུབ་པའོ།

མི་རྟག་པ།

གཞན་ཡང་། ནང་ཚོས་ཀྱི་གནད་དོན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་གླིང་འདིར་བསྐྱས་པའི་ཚོས་
ཐམས་ཅད་གཏན་དུ་འཇུག་ཞིང་། ཐ་ན་སྐད་ཅིག་ཐུང་དུའི་རིང་ཡང་འཇུག་བ་མེད་པར་མི་
གནས་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ནམ་ཞིག་ན་འཇིགས་པའམ་ཡང་ན་འཆི་བར་ངེས་ཤིང་། ཚོས་
ཉིད་འདི་ནི་སྐྱག་བསྐྱལ་བའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ལ། དགོངས་པ་འདི་ཉིད་རྟག་ཆད་ཀྱི་ལྟ་བུའི་མཐའ་
གཉིས་ཀའི་ཕྱོགས་ནས་ཀྱང་འགྲེལ་བར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀའང་གཏན་དུ་འཇུག་བའི་མི་
རྟག་པའི་ལག་རྒྱུས་འབའ་ཞིག་དུ་ཟད་དོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་པའི་མཚན་ཐོག་མར་བདག་ཅག་གི་ཕྱོད་པ་གོ་དུ་ཏ་མ་སྟོབ་
པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྟོ་སྟོང་སྐབས་གསལ་བ་རེད། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་དར་
རྒྱས་སུ་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྐྱེས་བུ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་འབོད་
པ་དང་། མཐར་བརྟེན་ཕྱིར་རྒྱུ་ཆེན་པོས་སེམས་ཅན་གཞན་སྤྱོད་ཆོག་གས་བྱང་གི་ས་ལ་
འགོད་པའི་ཆེད་དུ་རང་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་། དེ་སྐྱབ་པའི་ལམ་ལ་དངོས་སུ་
ཟུགས་པའི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ལ་འང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་

དཔའ་འཕགས་པ་ཐུན་རས་གཟིགས་དང་། ས་ཡི་སྤིང་པོ་དང་། འཇམ་དཔའི་དབྱངས་ལ་
སོགས་པ་རྣམས་ནི་གྲགས་ཆེ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འགའ་ཡིན་ནོ།

སངས་རྒྱུ་།

ཐོག་མར། རང་པ་སངས་རྒྱུ་པའི་བཟུན་པའི་བདག་པོ་ཕྱོད་པ་གོ་ཏུ་མ་ལ་སངས་
རྒྱུ་ཞེས་མཚན་གྱི་བསྟན་པ་དང་། ཁོང་ལོ་༢༥༠༠ རྩོན་ནས་དགུང་ལོ་༣༥ ཐེབས་པའི་ཆེ་
རྒྱ་གར་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་པ་རེད། རང་པ་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་གྲུབ་
མཐའ་དང་། ཆོས་རྒྱུ་མི་འདྲ་ཞིག་འཛིན་རུང་། མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་འཕྲོ་བ་
འདྲོད་པར་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པ་དང་། འོན་ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་གྱི་སར་བཞུད་པའི་ཐབས་སྣ་
ཆོགས་ཞིག་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་ཆོས་ལུགས་དང་། གུབ་མཐའི་དབྱེ་བ་མང་དག་ཞིག་བྱང་ཡོད་
པ་རེད། ཐེག་པ་ཆེན་པོར། རྒྱལ་རབས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་ཕྱོད་པ་ཤུག་ཐུབ་
པ་ཅུ་མིན་པར། སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་མེད། སངས་རྒྱུ་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་དང་།
སངས་རྒྱུ་སྤྲོན་གྱི་སྒྲ་མ་སོགས་དུ་མ་ཞིག་ཁས་ལེན་ཞིང་། ཉི་འོང་མི་རིགས་རྣམས་དག་ཞིང་
གི་ཟབ་ཁྱད་ལ་མངོན་པར་དད་པས་རང་ཉིད་སྤེལ་བ་འཕྲོས་པ་ན། དག་ཞིང་དུ་སྤྱེས་ཏེ་འཛང་
རྒྱ་བར་ཞལ་གྱིས་བཞེད་པ་དང་། ཆོ་འདས་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱུ་སམ། ཏེ་ཐོ་ཁ་ཞེས་འབོད་
པ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ།

ཆོས།

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སངས་རྒྱུ་གྱི་བཟུན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ལྷེ་སྟོད་གསུམ་
དུ་ཕྱེ་བས། མདོ་ལྷེ་ནི། སངས་རྒྱུ་རང་ཉིད་གྱི་གསུང་བའི་དམ་ཆོས་དང་། འདུལ་བ་ནི།
ཕྱོད་པའི་གསུང་བའི་འདུལ་བྱིམས་དང་། མངོན་པ་ནི། མདོ་ལྷེ་དང་། འདུལ་བའི་ལྷེ་སྟོད་

གཉིས་ལ་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་དག་ནས་མཛད་པའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅས་དང་། ཇི་
ལན་སོགས་ལ་བྱེད། འདི་དག་ཐེ་སྟོང་གསུམ་ཞེས་མིང་གི་བསྟན་ཅིང་། ཚེས་ནི་སྐབས་དགོན་
མཚོག་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཅིག་ཡིན་པ་རེད།

ལས།

འདིའི་ཚིག་ཟེན་གྱི་གོ་དོན་ནི། ལས་ཅེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་འང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་
གཞག་དང་སྦྲར་ཏེ་བཤད་པ་ན། ལས་ཅེས་པ་སྐྱེ་བ་ཐུ་མའི་ལས་བསགས་པའི་རྣམ་པ་མཐུ་
ཅན་ཞིག་ལ་འཛོག་པ་རེད། དེའང་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་འཆད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། འབྲས་བུ་ལེགས་
ཉེས་དང་། བདེ་སྐྱེག་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་རྣམ་སྤྲིན་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་
ཐུན་པ་ཞིག་ལ་རང་རང་གི་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན། གལ་ཏེ་ལས་བཟང་པོ་ཞིག་
ལ་གོམས་འདྲིས་བྱེད་ན། འབྲས་བུ་བཟང་པོ་ཞིག་དང་འཕྲད་པས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་ཡན་བདེ་
འདྲེན་པའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྟེང་བ་ཞིག་འཕྲད་པར་འབྱུར་བར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་རེད། འདིར་ལས་
ལ་ལུས་དང་། ངག་དང་། ཡིད་ཀྱི་ལས་ཏེ་གསུམ་བུ་དེ་ལྟའོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོ།

ནང་ཚེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱས་ནང་། ཐེག་ཆེན་དང་ཐེག་དམན་གྱི་བསྟན་པ་གཉིས་སུ་བྱུང་ལ།
ཐེག་ཆེན་གྱི་བསྟན་པ་ནི། བོད་དང་། ལྷ་ནག་དང་། ཀོ་རི་ཡ་དང་། ཉི་འོང་སོགས་སུ་དར་
ཁུབ་བྱུང་ཞིང་། ཐེག་དམན་གྱི་བསྟན་པ་ནི། མ་ཡེ་མར་དང་། སི་རི་ལང་ཀ་དང་། ཐ་ཡི་
ལཱ་ཏ་སོགས་སུ་དར་བ་རེད། ཐེག་ཆེན་ཞེས་པའི་མིང་ཚིག་གི་གོ་དོན་ནི། རིས་སུ་མ་མཆིས་
པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་འཆིའི་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐལ་དང་དུ་སྤྲངས་ཤིང་། མཐར་
ཐུག་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་མར་བཀྱི་བའི་རྣམ་པ་དང་ཐུན་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན།

ཐར་པའང་ཞི་བ་མུང་འདས།

ཆོག་ཟིན་ལྟར་གྱི་གོ་དོན་ནི། གྲོལ་བ་ཡིན་པ་དང་། འདི་ནི་ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་
གཞི་རྩར་ཐོས་པ་དང་། བསམ་པ་དང་། བསྒྲུབ་པ་བྱས་པའི་འབྲས་བུར་འདོད་ཉོན་དང་།
སྲིད་པ་ཡོངས་སུ་ཞི་བའི་གོ་འཕང་ཞིག་ལ་འཇོག་པ་ཡིན། གང་ཞིག་གིས་དེ་འདྲ་བའི་གོ་
འཕང་མངོན་དུ་བྱས་པ་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་བསྟན་ལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་གོ་བྱ་ཏེ་མས་
དེ་འདྲ་བའི་གོ་འཕང་དགྲུང་ལོ་༣༥ ལོར་རྟེན་དེ་སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་བ་རེད། འོན་ཀྱང་དེང་
གི་དུས་སུ། ཁོང་གིས་དེ་འདྲ་བའི་ཡང་དག་པའི་ཞི་བའི་གོ་འཕང་ནི། སྐྱ་མུང་ན་ལས་འདས་
རྗེས་མངོན་དུ་བྱས་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དེ། ཇི་སྲིད་མུང་པོ་འདི་གནས་པ་དེ་སྲིད་དུ་འདོད་ཉོན་
ལྷག་མ་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱན་གནས་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ།

པ་ལིའི་སྐད།

པ་ལིའི་སྐད་འདི་བཞིན་གནས་བརྟན་པའི་ཐེ་པར་གྲགས་པའི་སྐད་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།
ཆེས་ཐུ་མོའི་ནང་པའི་བཀའ་བསྟན་རྣམས་སྐད་འདིའི་ཐོག་བཞུགས་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་བྱེད།
པ་ལིའི་སྐད་འདི་བཞིན་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་རིགས་སུ་གཏོགས་པའི་སྤྱི་ཉིའི་སྐད་ཡིན་པར་
བརྟེན། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དང་པ་ལིའི་སྐད་གཉིས་དབར་ཁྱད་པར་ཕལ་ཆེར་མེད་པ་རེད།
དཔེར་ན། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དོད་དུ་ཆོས་ལ་རྟེན་མ་ཟེར་བ། པ་ལིའི་སྐད་དོད་དུ་རྟེན་མ་ཟེར་
བ་དང་། དེ་བཞིན་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དོད་དུ་ཐར་བ་ལ། ཉིར་རྩ་ན་ཞེས་ལ། པ་ལིའི་སྐད་
དོད་དུ་ནི་རྩ་ན་ཟེར་བ་ཡིན་པ་རེད། གཤམ་ལ་ཁོད་ཀྱི་མཆན་འགྲེལ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ལ་འང་
ག་ཟེགས་གནང་ཞུ།

པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ།

སྲིད་མཆོད་པ་རོལ་དུ་བཀལ་བ་ཞེས་པ་ནི། འདུལ་ཁྲིམས་ལ་མོགས་པའི་ཉམས་ལེན་
ལེགས་པར་བསྐྱངས་པའི་མཐར་མངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་སླེབས་པ་ལ་ཟེར། སྤྱིར་ན། གཤམ་
འཁོད་ཀྱི་ཕྱིན་དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས། གཤམ་བྱ་གང་ཞིག་གིས། སྤྱི་འཆོད་
འཁོར་བ་འདྲིའི་པ་རོལ་དུ་བཀལ་ཏེ་ཚོགས་པའི་བྱང་རྩབ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་ཟེར། ཕྱིན་དུག་
ནི། སྤྱིན་པ། རྩལ་ཁྲིམས། བཟོད་པ། བཙོན་འགྲུག། བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་རབ་བཙས་
སོ། ཉེ་འོང་ནང་གི་དྲི་རྒྱུད་གི་བདུན་ཕྲག་ཞེས་པ་དབྱིད་ཀ་དང་། སྟོན་ཀའི་དུས་སུ་དུས་དུན་
ཞིག་འཕྲགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཕྱིན་དུག་གི་བསྐྱབ་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་གཞི་བཙུག་པ་ཞིག་ཡིན་
ནོ།

ཤེས་རབ།

ཤེས་རབ་ནི་ཕྱིན་དུག་གི་ནང་ཚན་ནས་གཅིག་ཡིན་པ་དང་། ཤེས་རབ་འདྲིའི་རྣམ་སྟྱོང་
ལས་ལེགས་ཉེས་རྣམ་པར་འབྱེད་ཐུབ་པས། མི་ཆེ་དྲང་བདེན་དུ་སྒྲེལ་ཐུབ་པ་རེད། ཤེས་རབ་
ཀྱི་གོམས་པ་ཡང་དག་པར་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ལ་སངས་རྒྱས་ཟེར་བ་ཡིན། དེས་ན།
ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་འདི་ནི་ཆེས་ཟབ་པ་དང་བྱང་རྩབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས། གང་ཟག་ཕལ་
པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་འོ།

དགེ་འདུན།

དགེ་འདུན་ཀྱི་ཐེར་བཙུན་པ་དང་། བཙུན་མ། དགེ་བརྟེན་པ་མ་གཏོགས་ཅིང་། ཆེས་
ཐུ་མོད་དུས་སུ་དགེ་འདུན་ཀྱི་ཐེ་ནི་ཁྲིམ་ནས་ཁྲིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱུང་བའི་ཐེ་དགེ་འདུན་
བཙུན་པ་དང་། བཙུན་མ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དང་། ཕྱིས་སུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བརྟེན་པ་དར་བ་ན།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གང་ཟག་སྤྱི་མེར་ཇི་ཡིན་དགོ་འདུན་གྱི་སྤེར་
གདོགས་པ་ཡིན། དགོ་འདུན་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཅིག་ཡིན་པ་རེད།

ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད།

ལེགས་སྤྱར་ནི་ཆེས་ཐུ་མའི་དུས་སུ་རྒྱ་གར་འཕགས་ཡུལ་གྱི་གཞུང་ཡིག་དང་། སྐད་
རིགས་གཅིག་ཡིན་པ་དང་། འདི་ནི། རྒྱ་གར་ཡུ་རོབ་ཀྱི་སྐད་རིགས་སུ་གདོགས་ལ། འདི་ལ་
རིག་བྱེད་པའི་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་དང་། ལེགས་སྤྱར་གྱི་གཞུང་ཡིག་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་།
ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་པོ་དྲི་རྣམས་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་ཡོད་པས། དེ་ལ་ནང་ཆོས་ཀྱི་
ལེགས་སྤྱར་སྐད་དོད་ཟེར་བ་ཡིན།

འཁོར་བ།

དུས་ཐུ་མའི་བར་གསུམ་དུ་འགོ་བ་རིགས་དུག་སྟེ། དཔུལ་བ། ཡི་དུགས། དུད་འགོ། ལྷ།
མི། ལྷ་མ་ཡིན་གང་རུང་དུ་སྤྱེ་འཛིད་སྲིད་པ་རྒྱན་མི་ཆད་དུ་ལེན་པ་ལ་འཁོར་བ་ཟེར་ཞིང་།
སངས་མ་རྒྱས་པར་སྲིད་པ་འཕྲོ་བའི་འཁོར་བ་འདི་ལས་ཐར་བ་མི་སྲོད་པས། འདི་ལས་ཐར་
བ་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་མཚན་གྱིས་བསྟེན་རུང་བ་ཡིན་ནོ།

སྤོང་པ་ཉིད་རྒྱས་སུ་མ་གྲུབ་པ།

སྤོང་པ་ཉིད་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་རྒྱས་སུ་མ་གྲུབ་པའམ་རྟག་པའི་སྤོང་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་
ཞིང་། འདི་ནི་ནང་ཆོས་ཀྱི་དཀའ་གནད་ཆེ་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། དེའང་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་
ལྷོས་པས། རྒྱས་སུ་གྲུབ་པའམ་རྟག་པའི་བདག་དེ་འདྲ་བ་ནི་མི་སྲིད་དོ། འོན་ཀྱང་ཐམས་ཅད་
རྒྱས་སུ་གྲུབ་པ་དང་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་པ་བྱེད་མི་རུང་སྟེ། གང་ཟག་དང་། སེམས་

ཅན། སེམས་མིན་པེམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩོད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ལྟ་བུའམ་
 སྟོའི་འཛིན་སྤངས་གང་ཞིག་གིས་ཡུལ་གང་ཞིག་འཛིན་ཚུལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་
 དག་ནི་ཕྱིས་པ་ཡིན་ནོ། སྟོང་པ་ཉིད་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་
 དག་གི་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།

མདོ།

མདོ་ནི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་བའི་དམ་ཆོས་རྣམས་ཡིན་ལ། མདོ་ཞེས་པའི་ཆོག་ཟེན་གྱི་
 གོ་དོན་ནི་ཐེག་པ་ལྷེ་དམ་ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་རྒྱ་ཆེ་བྱས་པའི་གདམས་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་
 དུ་བཅུས་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས། འདི་ནི་ཕྱི་སྟོན་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཅིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།

གནས་བརྟན་པའི་ཐེ་པ།

ལྟོ་རྒྱུད་ཀྱི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྲེལ་བ་རྣམས་ལ་གནས་བརྟན་པའི་ཐེ་པ་ཟེར་ཞིང་།
 ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་དོད་དུ་ཐེ་ར་ཞེས་པ་གནས་བརྟན་པ་ཡིན་པ་དང་། ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བྱས་ན།
 གནས་བརྟན་པའི་ཐེ་པ་ནི། བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཐེ་ལས་ཐོག་སྟེ།
 འདུལ་ཁྲིམས་ལ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་ཤིང་བསྐྱང་བའི་ཐོས་བརྟན་གྱི་དགེ་སྟོང་བསྐྱབ་པ་བགེས་པའི་
 ཐེ་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཅིང་། ཐེ་པ་འདི་བཞིན་སྟོན་པ་སྦྱ་བྱང་ན་ལས་འདས་རྗེས་སུ་
 བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་ཤས་ཀྱི་ཕྱིས་སུ་གྱེས་ཤིང་། དེ་འང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་སྟོང་ལྟ་ཆེན་ཞེས་
 པས། ཐོན་པའི་གསུང་བའི་བསྐྱབ་པ་ལྟར་བ་ཐེ་ཐུ་ལ་དགོངས་པ་ལ་མི་མཐུན་པར་གནས་
 པའི་དབང་གིས་བྱང་བ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལས་གནས་བརྟན་པའི་ཐེ་པ་དང་། དགེ་འདུན་
 སལ་ཆེན་པའི་ཐེ་པ་གཉིས་གྱེས་ཤིང་། ཕྱི་མ་ནི་དུས་ཕྱིས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་འབྱུང་ཁུངས་
 ཡིན་པ་རེད།

ཕྱེ་ཕྱོད་གསུམ།

ཕྱེ་ཕྱོད་གསུམ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་བའི་དམ་ཆོས་དང་། ཆོས་པོ་ཉི་རྒྱུས་ཡིན་པ་
དང་། དེའང་། མདོ་ཕྱེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་། འདུལ་བ་ནི་བསྐྱབ་ཁྲིམས་དང་།
མངོན་པ་ནི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཙས་པ་ཡིན་ལ། ཕྱིས་སུ་ནི་རྒྱ་ནག་དང་། ཉི་
འོང་ནང་པའི་མཁས་པ་དག་གིས་བརྩམས་པའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་རྒྱམས་ཀྱང་
བཀའ་བསྟན་གྱི་གསུང་ལོན་པ་ཡིན་ནོ།

ནང་བཟུན་ཁྱབ་སྤེལ་ཚོགས་པ་དང་། སམས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་དཔེ་དཔ་འབྲེམས་སྤེལ།

ནང་བཟུན་ཁྱབ་སྤེལ་ཚོགས་པ་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་མ་ལུ་གོང་། མི་ཚུ་ཐོ་ཡོ་བཟོ་གྲགས་ར་
འཇུགས་བྱེད་པོ་སྤྱོད་ལས་ཨེ་དང་རྒྱ་མ་གཤི་སྐོར་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོས་པར་ཁྱེད་གོས་ཤིང་།

ཁོང་གིས་ལོ་བཞི་བཅུ་ཕྱེད་ཙམ་ནས་དཔར་ལེན་གསལ་ཆ་རྟོག་ཞིབ་བྱ་རྒྱུའི་འཁྲུལ་ཆས་
བཟོ་གྲུ་ཞིག་བཅུགས་པ་རེད། ཁོང་གི་དགོངས་པར། ལས་དོན་ཆེ་ལྷ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་
སྤྱབ་འབྲས་ལེགས་པར་ཐོན་ཆེད་མཚོག་གསུམ་དང་། འགྲོ་བ་མི་དང་། འབྲུང་བ་ས་ལ་
སོགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཁྲོས་གྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་དང་། དེ་མཚུངས་
འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་རྒྱུད་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞིག་གི་ངོ་བོར་འཕོ་བ་ཡང་ཐབས་ཤེས་ལ་
མ་བྲལ་བ་ཞིག་དགོས་པའང་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲེལ་བ་རྟེན་ནས། ཁོང་
གིས་བཟོ་གྲུའི་འཇུགས་བསྐྱར་ཡར་རྒྱས་དང་། འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་རྒྱུད་བཟང་དུ་གཏོང་
ཐབས་སུ་ཐབས་ཤེས་ཡོད་ཀྱི་རྒྱ་ཆུང་དཀྱུག་གནང་གི་ཡོད་པ་རེད།

གཞན་ཡང་ཁོང་གི་དགོངས་པར། འཛམ་བུ་གླིང་འདིར་ཞི་བདེ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་སེམས་
རྒྱུད་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་སྟབས། དེའི་ཆེད་དུ་ཕྱོད་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟུན་པ་
བྱུང་བར་ཡིད་ཆེས་བྱེད། དེར་བརྟེན་ཁོང་བཟོ་གྲུའི་དབུ་འཁྲིད་གནང་སུས་ཁར། ལོ་བཞི་
བཅུ་ལྷག་ཙམ་གི་རིང་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟུན་པའི་ཁྱབ་སྤེལ་དང་། དེའང་དེད་དུས་ཀྱི་སྤེལ་དང་
མཐུན་པར་གནང་ཐབས་སུ་འབད་རྩལ་གནང་ཞིང་། ཞར་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་བརྟན་སོགས་
ཀྱང་འབྲེམས་སྤེལ་གནང་བ་རེད།

ཕྱི་ལོ་༡༩༦༦ ལོར་ཁོང་གིས་སྐར་དབུལ་གསོག་འཛོག་གནང་བའི་མ་རྩའི་འགྲོ་གྲོན་
བཏང་སྟེ། འཛམ་བུ་གླིང་འདིར་ཞི་བདེ་ཡོངས་ཐབས་སུ་དམིགས་ཏེ་ནང་བཟུན་ཁྱབ་སྤེལ་གྱི་
ཚོགས་པ་འདི་བཞིན་ཐོག་མར་བཅུགས་གནང་མཛད་པ་རེད།

འོན། ཕྱིགས་གང་སར་སྤྱོད་འགྲོ་ཡོངས་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཟུན་པ་དང་། ཁོང་གི་ཐབས་

ཤེས་གཉིས་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འོད་ཀྱིས་མཐུ་ལས་པན་བདེ་ཇི་ལྟར་དུ་བསྐྱབ་
དགོས་ལུ་ན། དེའི་དོན་དུ་ནང་བསྟན་ཁྱབ་སྟེལ་ཚོགས་པ་འདིས་དཀའ་ངལ་སེལ་ཐབས་དང་།
བཙོག་གསར་འཛུགས་བྱེད་པའི་དགོངས་བཞེད་སྟབ་བཞིན་ཡོད།

མདོར་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཁྱབ་སྟེལ་ཡོང་ཐབས་སུ་ཐབས་ཤེས་ཡོད་ཀྱི་ཅལ་
དཀྱུག་བྱ་རྒྱུ་ནི། ནང་བསྟན་ཁྱབ་སྟེལ་ཚོགས་པ་འདིའི་ཁོག་པའི་རྟིང་ལྟ་སུའི་དམིགས་ཡུལ་གྱི་
གཙུག་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཀྱི་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་ཉི་འོད་རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་ཚས་འབྱུང་
ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མིག་ཕྱི་བཟུས་བྱས་པའི་འབྲས་སུ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ན། སྤྱིར་ཉི་
འོད་མི་རིགས་རྣམས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཇི་བཞུགས་དག་ལ་དད་གུས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་
དང་། སྟོབས་པ་དང་ཐུན་པའི་ངང་ནས་བརྩི་བཀུར་ཞུ་གི་ཡོད་ནའང་། ཉི་འོད་ནང་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཞེས་མཚན་གྱིས་བསྟན་དུ་རུང་བའི་དཔེ་དེབ་ཞིག་ཕྱོགས་སྟོན་བྱས་ཏེ་
བརྩམས་པ་མེད་པ་ནི་དངོས་ཡོད་ཡིན་པས། ཚོགས་པ་འདིའི་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་གསར་དུ་
ཕྱོགས་བསྐྱབས་གནང་བ་རེད།

དཔེ་དེབ་འདི་གྲོག་མཁན་ཚོར། ཚས་ཀྱི་ཟས་རྟེན་པ་ལྟ་སུ་ཞིག་དུ་གྱུར་རྒྱ་དང་། དེབ་
འདིའི་བཅོམ་བྱ་དང་། བཙོད་བྱིབས་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཆང་མས་གྲོག་ཐུབ་པ་ཞིག་
དང་། འཁྱེར་བདེ་བ། ལག་དུ་སྒྲངས་ཐུབ་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་མེད་ཐུབ་
པ་ཞིག་དུ་གཙུག་པོར་དམིགས་ཏེ་འགྲེམས་སྟེལ་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་།

ནང་བསྟན་ཁྱབ་སྟེལ་ཚོགས་པ་འདིའི་དགོངས་གཞི་ནི། ས་ཕྱོགས་གང་སར་བྱིམ་ཇི་
སྟེད་ཅིག་གི་ནང་དུ་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་འགྲོ་ཇི་སྟེད་ཅིག་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཚས་ཀྱི་བྱིན་མཐུ་མེད་ཐུབ་པའི་རེ་སྟོན་ལུ། །

For further information, Please contact your nearest BDK office.

JAPAN:

BDK JAPAN (BUKKYO DENDO KYOKAI)

3-14, Shiba 4-chome, Minato-ku, Tokyo 108-0014

Tel: +81(3) 3455-5851 Fax: +81(3) 3798-2758

E-mail: bdk@bdk.or.jp <http://www.bdk.or.jp>

NORTH AMERICA:

BDK AMERICA

1675 School Street, Moraga CA 94556, U.S.A.

Tel: +1(925) 388-0067 Fax: +1(925) 388-0331

E-mail: orders@bdkamerica.org <http://www.bdkamerica.org>

BDK HAWAII

1757 Algaroba Street, Honolulu, HI 96826 U.S.A.

Tel: +1(808) 942-1511 Fax: +1(808) 942-2622

E-mail: bdkhawaii@gmail.com

BDK CANADA

c/o Mitutoyo Canada Inc. 2121 Meadowvale Blvd.

Mississauga, Ont CANADA L5N 5N1

Tel: +1(905) 821-1261 Fax: +1(905) 821-4968

E-mail: honjo@bdkcanada.com

CENTRAL AMERICA: BDK MEXICO

Prolog. Eugenia No. 17, Col. Nápoles, C.P. 03810

México D.F., México

Tel/ Fax: +52(55) 5669-1088

E-mail: bdkmexico@prodigy.net.mx

SOUTH AMERICA: BDK SOUTH AMERICA

a/c Mitutoyo Sul Americana Ltda.

Av. João Carlos da Silva Borges, 1240 CEP 04726-002,

Cx. Postal 4255, Santo Amaro, São Paulo-SP, BRAZIL

Tel: +55(11) 5643-0006 Fax: +55(11) 5641-3745

E-mail: bdk@mitutoyo.com.br

EUROPE:

BDK GERMANY

(EKO-Haus der Japanischen Kultur e.V.)

Brüggener Weg 6, 40547 Düsseldorf, F.R. Germany

Tel: +49(211) 577918-0 Fax: +49(211) 577918-219

E-mail: pool@eko-hause.de <http://www.eko-haus.de>

BDK POLAND

c/o Mitutoyo Polska Sp.z o.o.

Ul. Graniczna 8A, 54-610 Wrocław, Poland

Tel: +48-71-354-83-50 Fax: +48-71-354-83-55

E-mail: j.ruszkowski@mitutoyo.pl

BDK U.K.

c/o Mitutoyo(UK) Ltd. Joule Road, West Point

Business Park, Andover, Hants SP10 3UX U.K.

Tel: +44 1264-353123 Fax: +44 1264-354883

E-mail: bdk@mitutoyo.co.uk

ASIA:

BDK ASIA

c/o Mitutoyo Asia Pacific Pte. Ltd.

24 Kallang Avenue, Mitutoyo Building,

Singapore 339415 SINGAPORE

Tel: +65 6294-2211 Fax: +65 6299-6666

E-mail: bdk@mitutoyo.com.sg

BDK TAIWAN

c/o Mitutoyo Taiwan Co., Ltd. / M3 Solution Center Taipei

4F., No.71, Zhouzi St., Neihu Dist., Taipei City 114, Taiwan (R.O.C)

Tel: +886(2) 5573-5913 Fax: +886(2) 8752-3267

E-mail: sharon@mitutoyo.com.tw

* For countries not included on the above listing, please contact BDK Japan for further information and orders.

和英対照仏教聖典 第1402版 Japanese-English, 1402nd Printing
和文仏教聖典 第1230版 Japanese, 1230th Printing
英文仏教聖典 第434版 English, 434th Printing

各国語版仏教聖典 ／ Various editions of The Teaching of Buddha

フランス語	French	オランダ語	Dutch
ポルトガル語	Portuguese	トルコ語	Turkish
スペイン語	Spanish	タイ語	Thai
インドネシア語	Indonesian	ロシア語	Russian
ネパール語	Nepali	チベット語	Tibetan
ドイツ語	German	カンボジア語	Cambodian
イタリア語	Italian	シンハラ語	Singhalese
韓国語	Korean	アラビア語	Arabic
エスペラント語	Esperanto	ギリシア語	Greek
ノルウェー語	Norwegian	ミャンマー語	Myanmar
中国語(簡体字)	Chinese(Simplified)	ウルドゥー語	Urdu
中国語(繁体字)	Chinese(Traditional)	モンゴル語	Mongolian
フィンランド語	Finnish	キルギス語	Kyrgyz
ルーマニア語	Rumanian	スワヒリ語	Swahili
ポーランド語	Polish	ゾンカ語	Dzongkha
ベルシア語	Persian	カザフ語	Kazakh
ベトナム語	Vietnamese	ウズベク語	Uzbek
スウェーデン語	Swedish	ベンガル語	Bengali
タガログ語	Tagalog	マラヤーラム語	Malayalam
デンマーク語	Danish	ハンガリー語	Magyar
セルビア・クロアチア語	Serbo-Croatian	ブルガリア語	Bulgarian
ヒンディー語	Hindi		

チベット語仏教聖典

昭和60年12月27日 初版発行
平成28年 9月10日 第5版発行

発行所 公益財団法人 仏教伝道協会
東京都港区芝4丁目3番14号
電話 03 (3455) 5851
FAX 03 (3798) 2758
郵便番号 108-0014 振替 00140-2-17450
E-mail : bdk@bdk.or.jp
http://www.bdk.or.jp

印刷・製本 株式会社 廣済堂



9784892370472



1921015015003



BUKKYO DENDO KYOKAI

ISBN978-4-89237-047-2 C1015 ¥1500E 定価：本体1,500円

チベット語 / TIBETAN (税別)